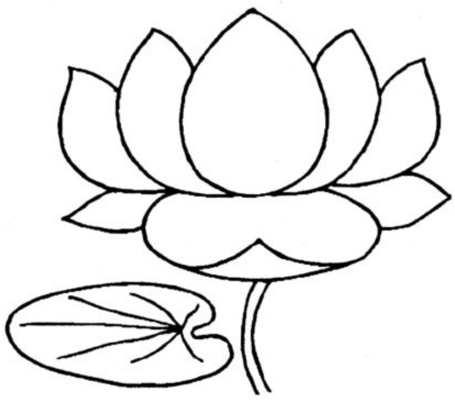
అఖిల

అఖిల భారత పత్రిక

నవంబర్ 2022

పూర్ణ యోగ సూత్రాలు

విషయ సూచిక





శ్రీమాతవైపుకు తిరిగిన ప్రతి ఒక్కరూ నా యోగం చేస్తున్నారు. పూర్ణయోగాన్ని స్వీకరించి తన స్వయం కృషితో, యోగానికిచెందిన అన్ని పార్శ్వాలలో సఫలం అవుతాడని ఊహించడం ఒక పెద్ద పొరపాటు. ఏ మనిషీ అలా చేయలేడు. అతడు చెయ్యాల్సిందల్లా తనను తాను శ్రీమాత చేతుల్లో ఉంచుకొని, తన సేవ ద్వారా, భక్తి ద్వారా, ఆకాంక్ష ద్వారా ఆమెకు తెరుచుకోవడమే. అప్పుడు శ్రీమాత తమ ప్రకాశంతో, భక్తితో అతడిలో పనిచేస్తుంది. తద్వారా సాధన అతడిలో జరుగుతుంది. ఒక యోగిగా ఉండాలనుకోవడం లేదా అతి మానస జీవిగా ఉండాలనుకోవడం, నేను ఆ దిశగా ఎంతవరకూ వెళ్ళి ఎంత పొందాను అనే ఆపేక్షను కల్గి ఉండడం కూడా పొరబాటే. అంకిత భావంతో ఉండి శ్రీమాతకు సమర్పించుకోవడం, నీవెలా ఉండాలని ఆమె ఆశిస్తుందో అది ఏమైనా గాని అలా ఉండటమే సరిగ్గా నీవు ప్రవర్తించవలసిన తీరు. తక్కిదనంతా నీలో ఏమి చేయాలో ఆమె నిర్ణయిస్తుంది.

- *శ్రీ అరవిందులు*

చంపక్‌లాల్ స్పీక్స్, పి.పి. 334-35

యోగంలోనికి పిలుపు

యోగం ద్వారా నీకేమీ కావాలని నీవు కోరుకుంటున్నావు? శక్తి పొందాలనా? శాంతిని, స్థిరతనూ పొందాలనా? లేక మానవాళికి సేవ చేయాలనా? వీటిల్లో ఏ ఉద్దేశ్యాలూ నీవు ఈ మార్గం నిమిత్తం ఉన్నావని చూపడానికి సరిపోవు.

ఈ ప్రశ్నకు నీవు సమాధానం చెప్పవలసి ఉంటుంది. నీవు దైవం కోసమే యోగాన్ని చేపట్టాలనుకుంటున్నావా? దైవమే నీ జీవితానికి ఏకమాత్ర పరమ వాస్తవమా? ఎంతవరకు అంటే ఆ దైవం లేకుండా అది ఏదైనా సరే అసంభవంగా తోస్తుందా? అది లేకపోతే నీ ఉనికికే అర్థమన్నది లేదని భావిస్తున్నావా? అలా గనుక అయితే నీవు ఈ మార్గంలోనికి రావడానికి నీకు పిలుపు ఉన్నదని చెప్పగలం.

మొట్టమొదటిగా కావలసిన అంశం - దైవం కోసం ఆకాంక్షించడం.

రెండవ అంశం - ఆకాంక్షను పరిపోషించుకోవడం. సదా తత్పరతతో, జాగరూకతతో, సజీవంగా దానిని ఉంచడం. దీనికి ముఖ్యంగా కావలసింది ఏకాగ్రత. దైవేచ్ఛకై, దైవ ఉద్దేశానికై ఒక సమగ్రమైన సమర్పణ చేసుకొనే దృష్టితో దైవంపై ఏకాగ్ర దృష్టితో ఉండటం.

హృదయమందు ఏకాగ్రత నుంచి, దానిలోకి ప్రవేశించి, లోపలికంటూ వెళ్ళు, లోతుల్లోకంటూ నీవెంత దూరం పోగలవో అంతదూరం వరకూ వెళ్ళు. అన్ని వైపులకూ వ్యాపించేసిన నీ చేతనాతంత్రులను దగ్గరకు చేర్చి, వాటినన్నింటినీ చుట్టచుట్టి ఒకే ఒక మునక వేసి లోపలికి లాగి వేసుకో.

ఆ హృదయ ప్రగాఢ అచంచలతలో ఒక అగ్ని ప్రజ్వరిల్లుతున్నది. అదే నీలో ఉండే దైవత్వం. అదే నీ యథార్థ అస్తిత్వం, దాని స్వరాన్ని విను. తాను చెప్పినది అనుసరించు. కేంద్రీకరిచడానికి ఇంకా ఇతర కేంద్రాలు కూడా వున్నాయి. ఉదాహరణకు ఒకటి నుదుటిపైన, మరొకటి భృకుటిలో. ప్రతి దానికీ దానికంటూ ఒక సమర్థత ఉంది. అది నీకు ఒక నిర్దిష్టమైన ఫలితాన్ని ఇస్తుంది. కానీ మూల కేంద్ర పురుషుడు హృదయంలో ఉండి అక్కడ నుంచే అన్ని కేంద్రాల చలనాలను నడుపుతూ ఉంటాడు. సాక్షాత్కార శక్తిని, రూపాంతరీకరణకై ప్రేరణను, క్రియా శీలతనంతటినీ కలుగజేస్తూ ఉంటాడు.

యోగానికై సంసిద్ధత

యోగానికై తనను తాను ఆయత్తపర్చుకోవడానికి ఏమి చేయాలి?

మొట్టమొదట సచేతనుడై ఉండాలి. మనం మన అస్తిత్వంలోని అంతగా ప్రాముఖ్యత లేని భాగం పట్ల సచేతనులమై ఉంటాం. చాలామటుకు మనం అచేతనులమే. ఇదిగో ఈ అచేతనే అవ్యవస్థితమైన మన స్వభావపు దిగువ భాగంలో మనలను ఉంచి వేసి, దానిలో రూపాంతరీకరణ జరుగనీకుండా ఆపుతుంది. అచేతన ద్వారానే అదైవీ శక్తులు మనలోకి ప్రవేశిస్తాయి. మనల్ని వాటికి బానిసలుగా మార్చుకొంటాయి. నీ పట్ల నీవు యెరుక కలిగి ఉండాలి. నీ స్వభావం పట్ల దాని కదలికల పట్ల జాగరూకుడువిగా ఉండాలి. వేటి గురించి అయినా నీవెలా భావిస్తున్నావు? వేటి గురించి ఎలా ఆలోచిస్తున్నావు, ఎందుకు చేస్తున్నావు? ఏమి చేస్తున్నావు? అన్నది నీకు తెలియాలి.

నీ అంతర్ ఉద్దేశాలను, భావావేశాలను బయటకు కనిపించే, దాగి ఉండే, నిన్ను నడిపించే శక్తుల్ని బాగా అర్ధం చేసుకోవాలి. వాస్తవానికి నిన్ను నీవు యంత్రం మాదిరిగా మొత్తాన్ని చిన్న భాగాలుగా విడగొట్టుకోవాలి. ఒక్కసారి నీవు సచేతనుడవయ్యావంటే అన్ని వ్యవహారాలను వేరువేరుగా చూడగలవు. జల్లెడ పట్టగలవు. ఏ శక్తులు నిన్ను లాగి పడేస్తున్నాయో, ఏ శక్తులు నీకు దోహదపడుతున్నాయో నీవు చూడగల్గుతావు. నీవెప్పుడైతే తప్పు నుండి సరైన దానిని, అసత్యం నుండీ సత్యాన్ని, అదైవికం నుండి దైవాన్ని వేరుపర్చి చూడగలవో అప్పుడు నీ ప్రజ్ఞ, అవగాహన బట్టి వాటి పట్ల వ్యవహరించగలవు. చెప్పాలంటే స్థిరంగా ఒక దానిని అంగీకరించి, వేరే దానిని తిరస్కరించగలవు. ద్వంద్వమన్నది ప్రతి అడుగులోనూ ఉంటూ అడుగడుగునా నీవు ఎంచుకోవల్సి ఉంటుంది. నీవు ఓరిమితో పట్టువీడక తత్పరుడవై "నిద్రపోకుండా" ఉండాలి. విజ్ఞులు చెప్పినట్లు నీవు దివ్యమైన వాటికి విరుద్ధంగా ఉండే అదివ్యమైన వాటికి అవకాశమివ్వడాన్ని తిరస్కరిస్తూనే ఉండాలి.

CWM 3:173-74. - *శ్రీమాత*

యోగమార్గం

ఇక్కడ అనుసరించే యోగవిధానానికి ఇతరాల కంటే భిన్నమైన ఉద్దేశ్యం ఉన్నది. దీని లక్ష్యం సాధారణ అజ్ఞాన ప్రాపంచిక చేతనలో నుండి దివ్య

చేతనలోకి లేవడం మాత్రమే కాదు, ఆ దివ్య చేతనకు చెందిన అతిమానస శక్తిని ఈ దిగువన వున్న అజ్ఞాన పూరిత మనస్సు, జీవనం, శరీరంలోకి తీసుకు రావడం. వీటిని రూపాంతీకరించి, పృథ్వి మీదనే దైవాన్ని అవతరింపచేసి, ఈ పదార్థంలోనే దివ్య జీవనాన్ని సృష్టించడం అన్నది ఒక అతిశయ దుష్కర లక్ష్యం, కష్టతరమైన యోగం. చాలామందికి చాలామటుకు ఇది అసంభవమే అన్నట్లు కనిపిస్తుంది. సాధారణ అజ్ఞాన ప్రపంచ చేతనకు చెందిన పాతుకుపోయి ఉన్న శక్తులు సర్వం దీనిని వ్యతిరేకిస్తాయి, కాదంటాయి. ఆపివేయడానికి యత్నిస్తాయి. దీనిని సిద్ధింప చేసుకోవడంలో సాధకుడు తన స్వంత మనస్సు, ప్రాణికం, శరీరం మొండి, మూర్ఖమైన అడ్డంకులతో నిండి వున్నవిగా కనుగొంటాడు. నీవు గనుక ఈ ఆదర్శాన్ని మనస్ఫూర్తిగా అంగీకరిస్తే ఇలాంటి కష్టాలనన్నింటినీ ఎదుర్కోవాలి. గతాన్ని దాని లంకెల్ని నీ వెనుకే విడిచిపెట్టు. సర్వాన్ని త్యజించడానికి సిద్ధపడి దివ్య సంభావ్యత కోసం ప్రతి దానికి సాహసించు. అప్పుడు మాత్రమే దానివెనుక వున్న సత్యాన్ని నీ అనుభవం ద్వారా ఆవిష్కరించ ఆశించగలుగుతావు.

ఈ యోగానికి సంబంధించిన సాధన కొన్ని మానసిక ప్రబోధాల ద్వారా లేదా ధ్యానానికి సంబంధించి విధించిన పద్ధతులు, మంత్రాలు లేదా ఇంకే ఇతరాల వలనా జరుగదు. ఆకాంక్ష ద్వారా, ఊర్ధ్వంగా లేదా అంతర్గతంగా స్వీయ ఏకాగ్రత ద్వారా తనకు తానుగా ఒకానొక ప్రభావానికి, మనకు పైన ఉన్న దివ్యశక్తికి దాని క్రియా కలాపాలకు, హృదయంలోని దివ్య సన్నిధికి తెరుచుకోవడం ద్వారా, ఈ విషయాలన్నింటికి వేరుగా పరాయివిగా ఉన్న వాటిని తిరస్కరించడం ద్వారా సాధన జరుగుతుంది. కేవలం విశ్వాసం, ఆకాంక్ష శరణాగతి ద్వారా ఆత్మ వికసనం జరుగుతుంది.

పూర్ణ యోగ లక్ష్యం

యోగలక్ష్యం దైవానికి చేతనను తెరచిపెట్టడం, చేతనలో అధికాధికంగా జీవిస్తూ దాని నుండే బాహ్య జీవితంలో వ్యవహరించడం, లోపల వున్న అంతరాత్మను ముందుకంటూ తీసుకొని వచ్చి, అంతరాత్మిక శక్తితో ఈ జీవనాన్ని పునీతం చేసి మార్చివేయడం, జరిగినప్పుడు అది రూపాంతరీ కరణానికి సమాయత్తమౌతుంది. దివ్య జ్ఞానం, దివ్య చైతన్యం, దివ్య ప్రేమలతో సమైక్యమవ్వడం జరుగుతుంది. రెండవది-యౌగిక చేతనను

వృద్ధి పరచడం. అంటే మన అస్తిత్వ తలాలన్నింటినీ విశ్వమయం చేయడం. విశ్వశక్తుల పట్ల, విశ్వ పురుషుని పట్ల ఎఱుకను పొందడం, అధి మనస్సు వరకూ అన్ని భూమికల్లో దైవంతో ఐక్యతను పొందడం. మూడవది - విశ్వాతీత దైవంతో సంపర్కంలోనికి రావడం. అధి మనస్సుకు ఆవలిగా అతి మానస చేతన ద్వారా స్వభావాన్ని అతి మానసిక చేతనమయం చేసి, క్రియాశీలక దివ్య సత్యాన్ని సాక్షాత్కరించుకొనేందుకు భూ ప్రకృతి లోనికి దాని రూపాంతరీకరణ శీలమైన అవతరణ జరిగేందుకు తనను తాను పరికరంగా తయారు చేసుకోవడం.

CWSA 29:19-20

పూర్ణ యోగ సూత్రం

ఈ యోగంలో మూలసూత్రం దివ్య ప్రభావానికి తెరుచుకోవడమే. అది నీకు పైన ఉన్నది. దానిపట్ల ఒక్కసారి కనుక నీవు సచేతనుడవ్వగల్గితే దానిని క్రిందకు నీలోకి పిలవాలి. అది మనస్సులోకి, శరీరంలోకి, శాంతిగా, ప్రకాశంగా, పనిచేసే శక్తిగా ఆకారంతోనో లేదా నిరాకారంగానూ దైవ సన్నిధిగా, ఆనందంగా దిగుతుంది. ఈ చేతన కల్గి ఉండటానికి ముందు వికసనానికి (తెరుచు కోవడానికి) ఆకాంక్షను, విశ్వాసాన్ని కల్గి ఉండాలి. ఆకాంక్షించడం, పిలవడం, ప్రార్థించడం, ఒకే వస్తువుకి చెందిన వివిధ రూపాలు, అన్నీ ప్రభావాన్ని చూపేవే. నీకు అందివచ్చే రూపాన్ని లేదా నీకు తేలిక అనిపించిన దానిని నీవు గైకొనవచ్చు. మరో మార్గం ఏకాగ్రత. నీ చైతన్యాన్ని హృదయంలో (కొందరు శిరస్సులో లేదా శిరస్సుకు పైన దృష్టినుంచుతారు) దృష్టిని కేంద్రీకరించవచ్చు. హృదయంలో శ్రీమాతను ధ్యానిస్తూ ఆమెను హృదయంలోకి ఆహ్వానించ వచ్చు. ఈ రెండు పద్ధతులను విభిన్న వేళల్లో అనుసరించవచ్చు. అప్పుడు నీకు సహజంగా ఏమనిపిస్తుందో, ఆ క్షణానికి ఏ రీతిన అనుసరించడానికి ప్రేరణ వస్తుందో అలా చేయవచ్చు. ప్రధానంగా ప్రారంభంలో మనస్సు నిశ్చలమవడం అత్యంత ఆవశ్యకం. ధ్యాన సమయంలో సాధనకు అన్యమైన అన్ని ఆలోచనల్ని, కదలికల్ని తిరస్కరించు. నిశ్చల మనస్సులో అనుభవానికి అవసరమైన ప్రగతిశీల ఆయత్తత ఉంటుంది. ఒక్కసారి ఉన్నపళంగా చేయలేనంత మాత్రాన నీవు అసహనం చెందవలసిన అవసరం లేదు. మనస్సులో పూర్ణ అచంచలత్వం ఏర్పడడానికి సమయం తీసుకుంటుంది. చేతన సంసిద్ధమయ్యే వరకూ నీవు సాగిపోవల్సిందే.

*

ఈ యోగంలో ఒక వ్యక్తి దివ్య ప్రభావానికి వికసనం చెంది, దానికి లోను కాగలడా లేదా అన్నదానిపైనే అంతా ఆధారపడి ఉంటుంది. అన్ని రకాల ఆటంకాలు ఉన్నప్పటికీ ఉన్నత చేతనలోకి రావడానికి సహనంతో కూడిన సంకల్పం, ఆకాంక్షలో నిజాయితీ ఉంటే ఉన్మీలనమన్నది ఒక రూపంలో కాకపోతే మరో రూపంలోనైనా వచ్చి తీరుతుంది. శరీరం, హృదయం, మనస్సులో సంసిద్ధంగా ఉండడం, ఉండకపోవడాన్ని బట్టి స్వల్పకాలంలోనో లేదా దీర్ఘకాలంలోనో సంభవిస్తుంది. కాబట్టి అవసరమైన ఓరిమి కల్గి ఉండకపోతే ప్రారంభ కష్టం కారణంగా ప్రయత్నం ఆగిపోవచ్చు. ఈ యోగంలో ఏకాగ్రతను కల్గి ఉండడం, ముఖ్యంగా హృదయంలో కేంద్రీకరించడం తప్పని సరి. ఈ జీవన అస్తిత్వాన్ని మొత్తం చేపట్టడానికి, ఆమె శక్తి పనిచేయడం ద్వారా చేతనను రూపాంతరీకరించడానికి శ్రీమాత శక్తిని, సన్నిధిని ఆహ్వానించడం తప్ప వేరే మార్గం లేదు. శిరస్సులో లేదా కనుబొమ్మల మధ్య ధ్యానం చేయవచ్చు. కానీ ఇది చాలామందికి బహు కష్టమైన ఉన్మీలన మౌతుంది. ఎప్పుడైతే మనస్సు నిశ్చలమై, ఏకాగ్రత శక్తివంతమై, ఆకాంక్ష తీవ్రమౌతుందో అప్పుడు అనుభవం కల్గడం మొదలవుతుంది. విశ్వాసం ఎంత అధికమౌతుందో, ఫలితం కూడా అంతే శీఘ్రమైనది అవుతుంది. సాధకుడు తన స్వంత ప్రయత్నం పైనే ఆధారపడి ఉండక దైవంతో అనుబంధాన్ని ఏర్పరచుకోవడంలో శ్రీమాత శక్తిని, సన్నిధిని గ్రహించడంలో సఫలుడు కావడం అనేది ఇంకా మిగిలే ఉంది.

CWSA 29:106-07. *- శ్రీ అరవిందులు*

యోగంలో వచ్చే ప్రమాదాలు

యోగం ప్రాత్యుల కంటే పాశ్చాత్య ప్రజలకు, ఎక్కువ ప్రమాదకారి కాదు. ప్రతీదీ దానిని ఏ భావనతో తీసుకొంటున్నావు అన్నదానిపైనే ఆధారపడి ఉంటుంది. నీ స్వార్థం కోసం, నీ వ్యక్తిగత ఉపలబ్ది కోసం వాంఛిస్తున్నట్లయితే అది ప్రమాదకరం కాగలదు. దీనికి భిన్నంగా దీనిపట్ల పవిత్ర భావంతో, ఎల్లప్పుడు దైవాన్ని కనుగొనడమే లక్ష్యంగా జ్ఞప్తి యందుంచుకొని, దానిలో ప్రవేశించగల్గితే అది ప్రమాదకారి కాబోదు. పైగా శ్రేయోదాయకం, సురక్షితం కాగలదు.

మనుషులు యోగాన్ని దైవం నిమిత్తం చేపట్టనప్పుడు కష్టాలు, ప్రమాదాలు ఎదురౌతాయి. ఎందుకంటే శక్తిని ఆకర్షించాలని, యోగం ముసుగులో ఏవేవో వాంఛలను సంతృప్తి పర్చుకోవడం చేస్తారు. కోరికల నుండీ విముక్తి పొందని పక్షంలో నీవీ అంశాన్ని ముట్టుకోవద్దు. ఇది నిప్పు. తగలపెడుతుంది.

ఇక్కడ మరో ప్రమాదం; కామోద్రేకాలకు సంబంధించినది. యోగం దాని శుద్ధీకరణ ప్రక్రియలో లోపల దాగి వున్న వాంఛలను, భావావేశాలనన్నింటినీ బయటకు నెట్టేస్తుంది. విసిరి కొడుతుంది. నీవీ విషయాలను దాచకుండా ఉండడం లేదా ఒక ప్రక్కకు నెట్టకుండా ఉండడం నేర్చుకోవాలి. వాటిని ఎదుర్కొని వాటిపై గెలుపొంది, మళ్ళీ వాటిని మరోలా పోతపోయాలి. యోగంలో మొదటి చర్య, ఏమైనప్పటికీ మహా నియంత్రణను ఎత్తివేయడమే అవుతుంది. నిద్రాణంగా ఉన్న ఆ కుళ్ళు ఒక్క ఉదుటున కట్టలు తెంచుకుని విసురుగా వ్యక్తిని ఆక్రమించేస్తుంది. మానసిక నియంత్రణ స్థానంలో దైవ నియంత్రణ భర్తీ చేయబడనంత వరకూ, ఆ నడుమ ఒక వ్యవధి ఉంటుంది. అప్పుడు నీ నిజాయితీ, శరణాగతి పరీక్షకు నిలబెట్టబడతాయి. సాధారణంగా ఈ కామానికి సంబంధించిన భావోద్రేకాల్లో వాస్తవానికి శక్తి దాగుంటుంది. దానివల్లనే మనుషులంతా ఆ ఉద్వేగాలపైనే దృష్టి పెట్టి అతిగా ప్రస్తావిస్తూ ఉంటారు. వాటిని చాలా తీవ్రంగా నిరసిస్తారు. బలవంతంగా వాటిని నియంత్రించడానికి లోపల లోపలే వాటిని పట్టుకొని వాటిపై కూర్చొంటారు. ఎంత ఎక్కువగా ఒక విషయాన్ని "నాకిది వద్దు. నాకిది వద్దు" అంటావో అంత ఎక్కువగా దానికే బంధించబడతావు. నీవు చేయాల్సిందేమిటంటే ఆ ప్రస్తావనను నీ నుండి దూరంగా నెట్టివెయ్యి. దాని నుండి వైదొలగు. సాధ్యమైనంత వరకు దానిని పట్టించుకోకు. దానిని గూర్చి ఆలోచించాల్సి వచ్చినా, అనాసక్తంగా, సంబంధం లేని వాడివిగా ఉండు. యోగానికి సంబంధించిన పీడనం, ఒత్తిడితో భావోద్రేకాలు, వాంఛలు బయటపడితే, పవిత్రత, నిస్సంగ భావన ద్వారా అవి ఏవో పరాయివి, బయట లోకానికి చెందినవిగా వాటిని ఎదుర్కోవాలి. వాటిని దైవానికి సమర్పించి వెయ్యాలి. తద్వారా దైవం వాటిని చేపట్టి మార్చుతాడు.

CWM 3:405. - శ్రీ మాత

దివ్య జీవనానికి చెందిన యోగం

నీవు పిలుపు అందుకొన్నట్లుగా, యోగానికి తగిన వాడివి కావచ్చు. ఇక్కడ చాలా భిన్నమైన మార్గాలున్నాయి. ప్రతీదీ విభిన్నమైన లక్ష్యంతో, దాని ఎదుట ఒకానొక ముగింపు కలిగి ఉన్నది. కోరికల్ని జయించడమన్నది అన్ని విధానాల్లోను సాధారణం. జీవితంలోని సామాన్యమైన బంధుత్వాలను ఒక ప్రక్కకు నెట్టడం అనిశ్చితి గుండా సాగిపోయి ఎన్నటికీ నిల్చిపోయే నిశ్చయ స్థితికి చేరుకోవడానికి ప్రయత్నించడం సర్వసాధారణం. ఒక వ్యక్తి నిద్రని, కలల్ని, ఆకలి దప్పికల్ని జయించడం కూడా చేయవచ్చు. జీవితంలోనూ, ప్రపంచంలో ఏదో చేయడం, లేదా ఇంద్రియాలను చంపివేయడం లేదా వాటి పనిని అణచివేయడం నా యోగంలో భాగం కాదు. జీవితంలోకి ప్రకాశాన్ని, శక్తిని, దివ్యసత్యానందాన్ని, దాని క్రియాశీలక నిశ్చయాలను దింపుకురావడం ద్వారా దీనిని రూపాంతరీకరించడం ఈ యోగ లక్ష్యం. ఇది లోకాన్ని నిరసించే విరాగి సన్యాసయోగం కాదు. దివ్య జీవనానికి చెందినది. మరో విధంగా సమాధి స్థితిలోకి ప్రవేశించి, ప్రపంచ అస్తిత్వంలో సర్వ సంబంధం నిలిపి ఉంచుకోవడం ద్వారా ఈ లక్ష్యాన్ని సిద్ధింపజేసుకోవచ్చు.

CWSA 29:19. — *- శ్రీ అరవిందులు*

నీవు యోగంలోకి వచ్చినపుడు, నీ సమస్త మనో నిర్మాణాలను, నీ సమస్త ప్రాణిక పరంజాలను తుత్తునియలు గావించుకోవడానికి సిద్ధం కావలసి ఉంటుంది. విశ్వాసం తప్ప మరేదీ కూడా ఊతంగా లేకపోయినా గాలిలో అలా (అనిశ్చితత్వంలో) తేలియాడటానికి సిద్ధంగా ఉండాలి. నీ గతంలో నీవు ఎలా ఉన్నావో దానిని దానికి చెందిన బంధనాలను పూర్తిగా నీ చేతనలోనుండి తుడిచి వేసే ప్రతిబంధనం నుండి స్వేచ్ఛ పొంది తిరిగి సంపూర్ణంగా నూతనంగా జన్మించాలి.

నీవు గతంలో ఎలా వున్నావు, భవిష్యత్తులో ఎలా అవ్వాలనుకుంటున్నావు అనేది వదిలేసి పూర్తిగా నీవు సాధించవలసిన దానిలో నిలవాలి. నిర్జీవమైన గతాన్ని వదిలి తిన్నగా భవిష్యత్తులోకి చూడు. నీ మతం, దేశం, కుటుంబం అక్కడ భవిష్యత్తులో ఉన్నాయి. అది దైవం.

CWM 3:83-84 — *- శ్రీమాత*

యోగం రెండు మార్గాలు

యోగానికి రెండు మార్గాలున్నాయి. ఒకటి తపోమార్గం (క్రమశిక్షణ) మరొకటి సమర్పణా మార్గం. తపోమార్గం కష్టభూయిష్టం ఇక్కడ పూర్తిగా మీపై మీరు ఆధారపడతారు. మీ స్వీయశక్తితోనే ముందుకు సాగుతారు. మీ శక్తికి ప్రమాణానికి అనుగుణంగా మీ ఆరోహణ మీరు సాధించేది ఉంటుంది. క్రిందపడే ప్రమాదం ఎప్పుడూ ఉంటుంది. ఒకసారి అగాధంలో పడి ముక్కలయిన తరువాత దానికి చికిత్స ఉండదు. రెండవది సమర్పణా మార్గం. ఖచ్చితమూ, సురక్షితమూ అయినది. కానీ పాశ్చాత్యులు ఇక్కడే ఇబ్బందికి గురవుతారు. వాళ్ళు మొదటి నుండి వారి వ్యక్తిగత స్వాతంత్ర్యాన్ని ప్రశ్నించే దేనికయినా భయపడడానికి దానిని దాటివేయడానికి అలవాటు పడి ఉంటారు. వారు ఉగ్గుపాలతో వ్యక్తిగత స్వాతంత్ర్యాన్ని నూరిపోసుకొని ఉంటారు. సమర్పణ అంటే దానినంతటినీ త్యాగం చేయడమే. ఇంకో విధంగా చెప్పాలంటే రామకృష్ణ పరమహంస చెప్పినట్లుగా మీరు మర్కట కిశోర న్యాయాన్నీ లేదా మార్జాల కిశోర న్యాయాన్ని అనుసరించాలి. కోతిపిల్ల తన తల్లిని గట్టిగా పట్టుకుంటుంది. సరిగా పట్టుకోకపోయినా, పట్టు కొంచెం సడలినా అది క్రిందపడిపోతుంది. కానీ పిల్లిపిల్ల అలా కాదు అది తల్లిని పట్టుకోదు. తల్లే పిల్లను పట్టుకుంటుంది. పిల్లిపిల్లకు బాధ్యత కానీ భయం కానీ ఉండవు. అదేమీ చేయనక్కరలేదు. తల్లిని పట్టుకోనిచ్చి మ్యావ్‌మ్యావ్ అని అరవడం తప్ప.

మీరీ సమర్పణా మార్గాన్ని నిజాయితీగా అనుసరించటన్లయితే ఏ విధమైన ప్రమాదంకానీ తీవ్రమైన కష్టం కానీ ఉండవు. కానీ ఇక్కడ ప్రశ్న కేవలం నిజాయితీ మాత్రమే. మీలో ఈ నిజాయితీ లేకపోతే యోగాన్ని ప్రారంభించ కుండా మీరే మానవ సంబంధాలతో వ్యవహరిస్తున్నట్లయితే మీరు మోసానికి పాల్పడవచ్చు. కానీ భగవంతునితో వ్యవహరించేటప్పుడు ఎక్కడా మోసం చేయడం సాధ్యం కాదు. మీరు స్వచ్ఛందంగా ఉండి మీ ఆంతర్యం తెరచి ఉన్నప్పుడు మీ అంతిమ లక్ష్యం భగవంతుడు తెలుసుకొని, పొందడం దైవం చేత నడిపించబడటం అయినపుడు మీరే పథంలో సురక్షితంగా సాగిపోగలరు.

నిజకేంద్రం

మీ సంకల్పాన్ని పటిష్టంగా ఉంచుకోండి. మీలో తిరుగుబాటు చేసే

అంశాలను అవిధేయులైన పిల్లల్లా చూడండి. వాటిపై నిరంతరం సహనంతో పనిచేయండి. వాటి తప్పులను వాటికి తెలియజేయండి.

మీ చైతన్యపు లోతులలో అంతరాత్మ దాగి ఉంది. అదే మీలోని దైవ మందిరం. మీలోని నిరోధించే కార్యకలాపాలు మీలోని విభిన్నమైన అంశాల ఏకీకరణం ఈ కేంద్రం చుట్టూ జరగాలి. ఒక్కసారి ఈ చైతనత్వ చేతనను తన ఆకాంక్షను పొందినపుడు ఈ అనుమానాలు ఇబ్బందులు అంతరించి పోతాయి. అది ఎంతో కొంత సమయాన్ని తీసుకొన్నప్పటికి మీరుచివరికి ఖచ్చితంగా విజయవంతమవుతారు. ఒకసారి మీరు దైవం వైపు తిరిగి 'నేను నీ వాడను కావాలనుకుంటున్నాను' అంటే దైవం అలానే అని ఉంటే ఈ ప్రపంచం మొత్తం కూడా మిమ్మల్ని ఆపలేదు. ఒకసారి మీ కేంద్రస్థానం సమర్పణ అయిన తరువాత ముఖ్యమైన కష్టం తొలగిపోయినట్లే, బయట ఉండేది కేవలం ఒక పెచ్చు మాత్రమే. సామాన్య మానవులలో ఈ పెంకు ఎంత గట్టిగా మందంగా ఉంటుందో వాళ్ళు తమలోని దైవం ఎరుకను కలిగి ఉండరు. ఒకసారి ఒక క్షణకాలమైనా మీ అంతరమైన ఉనికి 'నేనిక్కడ ఉన్నాను. నేను నీకే చెందుతాను అని అంటే అప్పుడొక వంతెన నిర్మించ బడినట్లే. కొంచెం కొంచెంగా ఆ పెచ్చు పలుచబడి పలచబడి, ఆరెండు పూర్తిగా అనుసంధానమైన బాహ్యాంతరాలు రెండూ ఒక్కటి అయిపోతాయి.

CWM 3:8

దైవ సంకల్పాన్ని తెలుసుకోవడం

మిమ్మల్ని దైవ సంకల్పమే నడిపిస్తున్నదని తెలుసుకోవడం ఎలా? అని మీరు అడగవచ్చు. దివ్యసంకల్పాన్ని తెలుసుకోవడం కష్టం కాదు. దానిని పొరబడలేము ఈ మార్గంలో చాలా దూరం వెళ్ళకుండానే మీరు దానిని తెలుసుకోవచ్చు. కేవలం మీరు దాని స్వరాన్ని వినాలి. మీ హృదయంలో ఉండే చిన్న స్వరం మీరొకసారి వినటానికి అలవాటుపడిన తరువాత మీరు దైవ సంకల్పానికి విరుద్ధంగా ఏమయినా చేసినపుడు మీరొక అనుభూతి చెందుతారు. మీరు అపమార్గంలో కొనసాగినట్లయితే మీరు చాలా అలజడికి గురవుతారు. ఈ అసౌకర్యానికి మీరేదో భౌతికమయిన నెపాన్ని కారణంగా చెప్పి మీదారిలో సాగిపోయినపుడు మీ నైపుణ్యాన్ని, గ్రహణ శీలతను, క్రమంగా కోల్పోయి మీరు అన్ని రకాల పొరపాట్లను చేసినా ఏ విధమైన అసౌకర్యాన్ని అనుభూతి చెందరు. కానీ మీరు స్వల్పమయిన అసౌకర్యాన్ని

అనుభూతి చెందినా మీకు నిజమైన సమాధానం దొరుకుతుంది. అప్పుడుసమస్య మీకు స్పష్టమవుతుంది. మీకు కొంత క్రుంగుబాటు లేదా అసౌకర్యం కలిగినా ఒక భౌతికమయిన వివరణ ఇవ్వడానికి ప్రయత్నించకండి. మీరు ఆగి కారణం కోసం వెతికినపుడు చాలా సూటిగా, నిజాయితీగా ఉండండి. మొదట మీ మనసు హేతు బద్ధమైన, అందమైన వివరణను నిర్మిస్తుంది. దానిని అంగీకరించ వద్దు. అందుకు అతీతంగా చూడడానికి ప్రయత్నించి, ఈ కదలిక వెనుక ఉన్నదేమిటి? ఈ అన్ని స్థాయిలలోనూ, కార్యకలాపాలు తృప్తి కోసమేఅయి ఉంటాయి. ఎవరైతే నాట్యం చేసి ఎగిరి గంతులు వేసి అరుస్తారో వారు ఆవేశం చాలా అరుదైనదనే భావాన్ని కలిగి ఉంటారు. వారి ప్రాణికచేతన అలా చేయడంలో చాలా ఆనందాన్ని పొందుతుంది.

మీరు దైవం అవనతమయినపుడు ఆ ఒత్తిడిని భరించాలంటే చాలా శక్తివంతంగా బలంగా ఉండాలి. లేకపోతే మీరు తుత్తునియలై పోతారు. కొంతమంది అడుగుతుంటారు 'దైవంఎందుకు ఇంకా దిగి రాలేదని?' ఎందుకంటే మీరు సంసిద్ధంగా లేరు. ఒక చిన్న బిందువంత మాత్రమే మిమ్మల్ని పాడి, నాట్యం చేసి, అరిచేటట్లు చేస్తే పూర్తిగా మొత్తం క్రిందికి దిగివస్తే ఏమవుతుంది?

అందుకనే శరీరం, ప్రాణికం, మనసులలో దృఢమైన, పటిష్టమయిన, సమర్ధవంతమైన ఆధారం లేని వారికి మేం చెప్తూ ఉంటాం. 'లాగకండి' అని. దాని అర్ధమేమిటంటే 'దివ్య శక్తులను క్రిందికి లాగటానికి ప్రయత్నించ కండి. ప్రశాంతంగా నిశ్చలంగా నిరీక్షించండి' లేకపోతే వాళ్ళు అనవతమయ్యే శక్తిని భరించలేరు. కానీ కావలసిన ఆధారాన్ని పునాదిని కలిగి వున్న వారికి అందుకు విరుద్ధంగా చెబుతాం. 'ఆకాంక్షించండి, అందుకోండి' అని ఎందుకంటే భగవంతుని నుండి దిగివచ్చే శక్తులను వారు ఏ మాత్రం తలక్రిందులు కాకుండా స్వీకరించగలరు.

CWM 3:8-10

ఆధ్యాత్మికమయిన క్రమశిక్షణ

ధ్యానంలో ఎన్నిగంటలు గడిపామన్నది ఆధ్యాత్మిక ప్రగతికి ఏ మాత్రం ఋజువు కాదు. ఎప్పుడైతే ధ్యానం చేయడానికి మీకు ప్రయత్నం చేయవలసిన అవసరం ఉండదో అదే మీ ప్రగతికి తార్కాణం. అప్పుడు బహుశా ధ్యానాన్ని ఆపడానికి మీరు ప్రయత్నం చేయవలసి వస్తుంది. ధ్యానం

ఆపడం కష్టతరమవుతుంది. భగవంతుని గురించి ఆలోచించకుండా ఉండడం కష్టతరమవుతుంది. సాధారణ చేతనకు దిగిరావడం కష్టతరమౌతుంది. అప్పుడు ఖచ్చితంగా మీరు ప్రగతి చెందినట్లే... భగవంతునిపై మనసును కేంద్రీకరించడం మీ జీవన ఆవశ్యకత అయిపోయినపుడు అది లేకుండా మీరు నిలువలేనపుడు ఎపుడైతే అది, ఉదయం నుండి రాత్రి వరకు మీరు అభివృద్ధి సాధించినట్లే. మీరు ధ్యానం చేయడానికి ఆసీనులైనా, లేదా బయటకు వెళ్ళి ఏదైనా పని చేయాలనుకున్నా మీకు కావలసిందల్లా చైతన్యం. అదొక్కటే అవసరం. నిరంతరం దైవాన్ని గురించిన ఎరుక కలిగి ఉంటుంది.

కానీ ధ్యానానికి కూర్చోవటమనేది చాలా అవసరమైన క్రమశిక్షణ కదా. అందువలన భగవంతుని మరింత గాఢంగా ఏకాగ్రతలో సంయోగం చెందే అవకాశం ఉంటుందికదా? కావచ్చు. కానీ మనం కేవలం ఒక క్రమశిక్షణతో కోరుకోవడం లేదు. మనం కోరుకునేది మనం చేసే ప్రతి పనిలోనూ, అన్ని వేళలా మన కార్యకలాపాలన్నిటిలోను, ప్రతిక్షణం భగవంతునిపై ఏకాగ్రత. ఇక్కడ కొంతమందికి ధ్యానం చెయ్యమని చెప్పాం. కొంతమందికి అస్సలు ధ్యానం చేయమనే చెప్పలేదు. కానీ వాళ్ళేమీ ప్రగతి చెందడం లేదని అనుకోకూడదు. వాళ్ళుకూడా ఒక క్రమశిక్షణను అనుసరిస్తారు. కాకపోతే అది ఒక భిన్నమయిన స్వభావానికి చెందినది కావచ్చు. భక్తిలో అంతరికమైన సమర్పణా భావంతో పనిచేయడం కూడా ఒక ఆధ్యాత్మిక క్రమశిక్షణ. కేవలం ధ్యానములో కాక అన్ని పరిస్థితులలో జీవితపు దైనందిన కార్యక్రమాలన్నింటిలో నిరంతరం దైవంలో అనుసంధానమై ఉండడమే చివరి ధ్యేయం.

కొందరుంటారు. ధ్యానంలో కూర్చునపుడు అదొక ఆనందకరమూ, సుందరమైన స్థితిలో ఉన్నానని భావిస్తుంటారు. వాళ్ళు ప్రపంచాన్ని మరచిపోయి ఒక ఆత్మానంద స్థితిలో ఉండిపోలేరు. కానీ ఏదైనా అలజడి వలన వారి ధ్యానానికి అంతరాయం కలిగితే వాళ్ళు కోపంగా, అప్రసన్నంగా ఆస్థితి నుండి బయటకు వస్తారు. అది ఆధ్యాత్మిక ప్రగతికి క్రమశిక్షణకి తీర్మానం కాదు. కొంతమంది ధ్యానం చేయటాన్ని వాళ్ళు భగవంతుడికి చెల్లించవలసినది. ఋణంలా భావిస్తారు. అలా ప్రవర్తిసార్తు. వారానికొకసారి చర్చికి వెళ్ళేవాళ్ళు ఈ విధమైన వ్యక్తులు. వాళ్ళు భగవంతునికి తాము

బకాయి పడిన ఋణాన్ని చెల్లించేసాను అనుకుంటారు.

మీకు ధ్యానంలోకి వెళ్ళడానికి ఇంకా ప్రయత్నం అవసరం అవుతుందీ అంటే ఆధ్యాత్మిక జీవనాన్ని గడపడానికి మీరు ఇంకా చాలా దూరంలో ఉన్నారని అర్థం. ధ్యానం నుండి బయటకు రావడానికి ప్రయత్నం అవసరం అవుతుంది. అంటే మీ ధ్యానం మీరు ఆధ్యాత్మిక జీవనంలో ఉన్నారనేది సూచిస్తుంది.

CWM 3:20-21

మార్గంలో కొనసాగడం

సమర్పణ ద్వారా సంయోగం సమర్థవంతమవుతుంది. యోగమంటే భగవంతునితో సంయోగం. ఈ సంయోగం సమర్పణతో సమర్థవంతమవుతుంది. ఇది నిన్ను నీవు దైవానికి అర్పించుకోవడం మీద ఆధారపడి ఉంటుంది. ప్రారంభంలో దీనిని ఒక సాధారణ విధానంలో అర్పించుకోవడంతో మొదలు పెడతావు. అది కొనసాగుతుంది. "నేను దైవానికి సేవకుడను, నా జీవితం పూర్తిగా దైవానికే ఇవ్వబడింది, నా సకల ప్రయత్నాలు దివ్య జీవన సాక్షాత్కారినికే' అంటావు. కానీ అది కేవలం మొదటి అడుగు మాత్రమే. ఇది సరిపోదు. ఒకసారి ప్రతిజ్ఞ పూనితే, నీ మొత్తం జీవితం దైవానికే ఇవ్వాలని నువ్వు నిర్ణయించుకుంటే, ప్రతిక్షణం దానిని గుర్తుంచుకొని, నీ అస్తిత్వంలోని అన్ని వివరణలలో దానిని కొనసాగించాలి. నువ్వు దైవానికి చెందిన వాడవని ప్రతి అడుగులో అనుభూతి చెందాలి. నువ్వు ఏది ఆలోచించినా, ఏ పని చేసినా నీ ద్వారా చర్య తీసుకుంటున్నది దైవ చైతన్యమే అన్న స్థిరమైన అనుభవం ఉండాలి. నువ్వు స్వంతమని పిలుచుకునేదేదీ ఉండదు. ప్రతిదీ దైవం నుండే వస్తున్నట్లుగా అనుభూతిస్తావు. దానిని నువ్వు తిరిగి దాని మూలానికి అర్పించాలి. దీనిని నువ్వు వాస్తవం చేసుకున్నపుడు నువ్వు సాధారణంగా పెద్దగా శ్రద్ధ పెట్టని అతి చిన్న విషయం కూడా అల్పంగా, అప్రాముఖ్యంగా అనిపించడం ఆగిపోతుంది. అది పూర్తి అర్థంతో అతీతంలోని ఒక విస్తార తలాన్ని తెరుస్తుంది.

నీ సాధారణ సమర్పణను, వివరణతో కూడిన అర్పణలుగా కొనసాగించాలంటే నువ్వు చేయవలసింది ఇదే. దైవం ఉనికిలో నిరంతరము

జీవించు; నిన్ను కదిలించేది, నీ కోసం అంతా చేస్తున్నది ఈ దివ్య ఉనికే అన్న అనుభూతిలో జీవించు. నీ సమస్త చలనాలు దానికే సమర్పించు, ప్రతి మానసిక చర్య మాత్రమే కాదు, ప్రతి ఆలోచన, ప్రతి భావన, తినటం లాంటి అత్యంత సాధారణ బాహ్య చర్యలు కూడ, తింటున్నపుడు నీ ద్వారా తింటున్నది దైవమే అని అనుభూతించాలి. అలా నీ సమస్త చలనాలను ఒక జీవితంలోనే సమీకరించనపుడు నీలో విభజనకు మారుగా ఏకత నెలకొంటుంది. ఇక నీ స్వభావంలోని ఒక భాగం మాత్రమే భగవంతునికి ఇవ్వకూడదు, ఎందుకంటే మిగిలినది సాధారణ విషయాలలో నిమగ్నమయ్యి తన సాధారణ విధానాలలోనే వుండిపోతుంది; నీ మొత్తం జీవితాన్ని హస్తగతం చేసుకోవాలి. క్రమేణ ఒక సంపూర్ణ పరివర్తన నీలో వాస్తవమవుతుంది.

CWM 3:23-24

నిరంతరము స్మృతిలో వుంచుకోవడం

యోగప్రారంభంలో దైవాన్ని చాలా తరచుగా మరిచిపోయేవానిగా వుంటావు. కానీ స్థిరమైన ఆకాంక్షతో నీ స్మృతిని పెంచుకుంటావు, మరుపును తగ్గిస్తావు. కానీ ఇది ఒక కఠినమైన క్రమశిక్షణలానో, లేదా ఒక కర్తవ్యంలానో జరుగకూడదు; ఇది ప్రేమ, సంతోషాల ఒక చలనమై వుండాలి. అప్పుడు నువ్వు దైవ ఉనికిని ప్రతికణంలో, నువ్వు చేసే ప్రతి పనిలో అనుభూతించకపోతే ఒక్కసారిగా ఒంటరిగా, బాధగా, వ్యాకులంగా అనిపించే స్థితి ఒకటి త్వరలో సంభవిస్తుంది.

దైవం సన్నిధి స్పృహ లేకుండా నువ్వు ఏదైనా చేయగలవు, అయినా సంపూర్ణ సుఖంతో వుండగలవు అని కనుగొన్నప్పుడల్లా, నీ అస్తిత్వంలోని ఆ భాగాన్ని నువ్వు పవిత్రీకరించలేదని అర్థంచేసుకోవాలి. అది భగవంతుని ఎటువంటి ఆవశ్యకతను అనుభూతి చెందని సామాన్య మానవజాతి విధానం. కానీ దివ్యజీవనాన్ని అన్వేషించేవారికి, ఇది పూర్తిగా భిన్నం. దైవంతో సంయోగాన్ని పూర్తిగా వాస్తవం చేసుకున్నపుడు, దైవం నీనుండి ఒక కణం విరమించుకున్నా, నువ్వు మరణించినట్లుగా పడిపోతావు; ఎందుకంటే ఇప్పుడు దైవం నీ జీవితానికి, నీ సమస్త ఉనికికి, నీ మొత్తం ఆధారానికి పరమప్రాణంగా వున్నాడు. దైవం అక్కడ లేకపోతే ఏదీ వుండదు.

CWM 3:26-27

నిశ్శబ్దం, సమత్వం, నిజాయితి, విశ్వాసం

నువ్వు ఎంత నిశ్శబ్దమవుతావో అంతకంత బలమవుతావు. ఆధ్యాత్మిక శక్తి మొత్తానికి స్థిరమైన ఆధారం సమచిత్తత. నీ సమతుల్యతను భంగపరచే ఏ అంశాన్ని నువ్వు అనుమతించకూడదు; అప్పుడు నువ్వు ఏ రకమైన దాడికైనా ఎదురొడ్డి నిలబడగలవు. ఒకవేళ అదనంగా తగినంత వివేచన నీలో వుంటే చెడు సంకేతాలను అవి నీ వద్దకు వచ్చినట్లుగా చూడగలవు, పట్టుకోగలవు, వాటన్నింటినీ తోసివేయటం నీకు ఇంకా సులభమవుతుంది; కానీ కొన్నిసార్లు అవి నువ్వు గుర్తించకుండా నీ వద్దకు వస్తాయి, అప్పుడు వాటితో యుద్ధం చేయటం చాలా కష్టమవుతుంది. అలా జరిగినపుడు నిశ్శబ్దంగా కూర్చుని శాంతిని, ఒక గాఢ ఆంతరిక నిశ్చలతను క్రిందకు పిలవాలి. నిన్ను నువ్వు స్థిరంగా నిలుపుకుని విశ్వాసంతో, శ్రద్ధతో పిలువు; నీ ఆకాంక్ష స్వచ్ఛమైనది, స్థిరమైనది అయితే నీకు తప్పక సహాయం అందుతుంది.

ప్రతికూల శక్తుల నుండి దాడి అనివార్యం; వాటిని నీ మార్గంలో పరీక్షలుగా తీసుకుని అగ్ని పరీక్ష నుండి ధైర్యంగా ముందుకు సాగాలి. ఘర్షణ కఠినంగా వుండవచ్చు, కానీ దానినుండి నువ్వు బయటపడినపుడు నువ్వు కొంత సాధించావు, ఒక అడుగు ముందుకు వేశావు. ప్రతికూల శక్తుల ఉనికి అవసరం ఒకటి అక్కడ వుంది. అవి నీ పట్టుదలను ఇంకా దృఢం చేస్తాయి, నీ ఆకాంక్షను ఇంకా స్పష్టం చేస్తాయి.

ఇది సత్యం, ఏదిఏమైనా అవి అస్తిత్వంలోకి రావటానికి కారణాన్ని నువ్వు ఇచ్చావు కాబట్టే అవి మనగలుగుతున్నాయి. వాటికి సమాధానమిచ్చే కొంతవిషయం నీలో వున్నంతవరకు, వాటి జోక్యం పరిపూర్ణంగా న్యాయసమ్మతమైనది. ఒకవేళ నీలో ఏ అంశము ప్రతిస్పందించకపోతే, నీ స్వభావంలోని విభాగం మీద వాటికి పట్టు లేకపోతే, అప్పుడు అవి విరమించుకుని నిన్ను వదిలిపెడతాయి. అప్పుడు ఏ సంగతిలోనైనా నీ ఆధ్యాత్మిక పురోగతిని ఆపే లేదా దెబ్బతీసే అవసరం వాటికి వుండదు.

ప్రతికూల శక్తులతో చేసే పోరాటంలో నిన్ను విఫలం చేసి ఒకే ఒక మార్గం దివ్యసహాయం మీద నిజమైన విశ్వాసం లేకుండా వుండటం. ఆకాంక్షలో నిజాయితి ఎప్పటికీ తగినంత ఉపకారాన్ని క్రిందకు తెస్తుంది. ఒక నిశ్చలమైన పిలుపు, ఈ దైవసాక్షాత్కారం వైపుగా చేసే ఈ ఆరోహణలో నువ్వు ఒంటరిగా సాగటం లేదన్న ఒక నమ్మిక అవసరమైనపుడు అందే

సహాయం అక్కడుందనే ఒక విశ్వాసం నీకు సులభంగా, సురక్షితంగా మార్గనిర్దేశం చేస్తుంది.

CWM 3:34

ఆలోచనకు గల శక్తి

ఆలోచనలు ఒక వ్యక్తిత్వం కలిగిన రూపాలు, అవి తమ రూపకర్తకు స్వంతం. అతనినుండి బయట ప్రపంచానికి పంపించబడి, తమ అస్తిత్వ స్వంత ప్రయోజనాన్ని వాస్తవం చేసుకోవడం వైపుగా చలిస్తాయి. నువ్వు ఎవరిగురించైనా ఆలోచించినపుడు, నీ ఆలోచన ఒక రూపం తీసుకుని అతడిని కనుగొనటానికి ప్రయాణం చేస్తుంది, ఒకవేళ నీ ఆలోచన దాని వెనుకనున్న కొంత సంకల్పంతో కలిస్తే , నీ నుండి బయటకు వెళ్ళిన ఆలోచనారూపం తనను తాను వాస్తవం చేసుకోవడానికి ఒక ప్రయత్నం చేస్తుంది. ఉదాహరణకు ఫలానా వ్యక్తి రావాలని నీకు ఒక తీక్షణ కోరిక వుంటే, ఈ కోరిక ప్రాణిక ప్రేరణతో పాటుగా ఒక బలమైన ఊహ నువ్వు తయారుచేసిన మానసిక రూపానికి తోడైతే, "ఒకవేళ అతను వస్తే, అది ఇలా వుంటుంది, లేదా అది అలా వుంటుంది," అంటూ ఊహిస్తావు. కొంతకాలం తర్వాత నువ్వు ఆ ఆలోచనను పూర్తిగా వదిలిపెట్టి వుంటావు, నువ్వు దానిని మరిచిపోయిన తర్వాత కూడ నీ ఆలోచన ఉనికి కొనసాగుతుందని నీకు తెలియదు. అది ఇంకా ఉనికిలో వుంటూ చర్య తీసుకోవడంలో వుంటుంది. నీనుండి స్వంతంగా వుంటూ దానిని ఆ పని నుండి వెనక్కు తీసుకోవాలంటే గొప్ప శక్తి అవసరమవుతుంది. అది స్పర్శించిన వ్యక్తి వాతావరణంలో పనిచేస్తూ అతనిలో రావాలనే కోరికను సృష్టిస్తుంది. ఒకవేళ నీ ఆలోచనా రూపంలో తగినంత సంకల్ప శక్తి వుంటే, అది చక్కగా నిర్మించబడిన నిర్మాణమయితే , అది తన స్వీయ వాస్తవీకరణకు చేరుతుంది. కానీ ఈ నిర్మాణానికి, వాస్తవానికి మధ్యన ఒక నిర్దుష్ట కాలగతి వున్నట్లైతే, ఈ విరామంలో నీ మనసు పూర్తిగా ఇతర విషయాలతో ఆక్రమితమై వున్నపుడు, అప్పుడు నువ్వు మరిచిపోయిన ఆలోచన సఫలం కావడం జరుగుతుంది. ఒకప్పుడు దానికి నువ్వు ఆశ్రయమిచ్చావని కూడ నీకు గుర్తుండదు; ఆ చర్య ప్రేరేపకుడవు, జరిగినదానికి కారణము నువ్వేనన్నది నీకు తెలియదు. ఫలితం వచ్చినపుడు దానిని కోరుకోవటం గానీ, దానిమీద శ్రద్ధ పెట్టడం గానీ ఆగిపోవటమనేది తరచుగా జరుగుతుంది. ఇటువంటి బలమైన నిర్మాణాత్మకశక్తి ఉన్న వ్యక్తులు కొందరుంటారు, వారు

ఎప్పుడూ వారి నిర్మాణాలు వాస్తవం కావటం చూస్తారు, కానీ వారిలో ఒక మంచి క్రమశిక్షణతో వున్న మానసిక, ప్రాణిక తత్వం లేకపోవడం వలన వారు ఇప్పుడు ఒకటి కోరుకుంటారు, వెంటనే ఇంకొకటి, ఈ విభిన్న లేదా వ్యతిరేక నిర్మాణాలు, వాటి ఫలితాలు ఒకదానితో ఇంకొకటి సంఘర్షిస్తూ గొడవపడతాయి. ఇంత గొప్ప గందరగోళంలో, అసామరస్యతలో ఎలా జీవిస్తున్నామా! అని వీరు ఆశ్చర్యపోతారు. ఇది కేవలం వారి స్వంత ఆలోచనలు, కోరికలే వారికి అసంగతంగా, వైరుధ్యంగా వారికి కనిపించే చుట్టూ వున్న పరిస్థితులను నిర్మించాయని అర్థం చేసుకోరు.

CWM 3:50-51 — *శ్రీమాత*

ఆందోళన తొందరపాటును వదిలించుకోవడం

నీవు దివ్య చేతనతో ఏకమై ఉంటే ఒక పని పూర్తికావడానికి వెయ్యి సంవత్సరాలు పట్టినా లేక ఒక సంవత్సరంలో పూర్తయినా, అది పట్టించుకోవలసిన విషయం కాదు. అప్పుడు ఒక మానవ స్వభావానికి చెందిన విషయాలన్నింటిని నీవు బయట వదిలి దైవ స్వభావమైన అనంతత్వంలోకి నిత్యత్వంలోకి ప్రవేశిస్తావు. అప్పుడు మనుషులు తాము అనుకున్న పనులు పూర్తికావాలనే విషయంలో పట్టుదల కలిగి ఉండడం వల్ల అనుభవించే ఆందోళనతో కూడిన తొందరపాటు నుంచి నీవు బయట పడతావు. ఆందోళన, అశాంతి, తొందరపాటు వల్ల మనకు ఒరిగేదేమీ లేదు. అది సముద్రంపై నురగవలె పొంగి తనకు తానే మళ్ళీ ఆరిపోయే ఒక హడావిడి వంటిది. మనుషులు కాలంతో పాటు పరుగెత్తి నిరంతరం పనిచేయకపోతే పని పూర్తి కాదు అనే భావనతో ఉంటారు. ఇటువంటి ఆదుర్దాతో చేసే పనులు మార్పును తీసుకువస్తాయి అనుకోవడం భ్రమ. అది ఒక కప్పులో నీరు తీసుకుని దాన్ని కలియపెట్టడం లాంటిది. ఎంత కలియతిప్పినా ప్రయోజనం లేదు. తామేదో చేయడం వల్ల ఏదో జరిగిపోతుంది అని అనుకోవడం మానవ స్వభావంలోని అతిపెద్ద భ్రమ. ఎప్పుడు ఏదో ఒకదాని వెంట పరుగులు పెట్టడం అనేది నీ అభివృద్ధిని కుంటు పరుస్తుంది. నీవు ఈ భ్రమను గ్రహించి దానివల్ల ఎటువంటి ఉపయోగం లేదని ఎరిగినపుడు దానితో సాధించగలిగింది ఏదీ లేదు అని అర్థం అవుతుంది. అలా పరుగెత్తి

వాళ్ళంతా అలా తమను ఆడించే శక్తుల చేతిలో పనిముట్లుగా అవుతారు. పైగా అవి చెప్పుకోదగినంత గొప్ప శక్తులు కూడా కావు.

ఈ లోకంలో ఏదైనా సాధించబడినదంటే అది ఏ కొద్దిమందో మౌనంలో నిలిచి జరిగే దానికి వేరుగా ఉండడం వల్లనే. వారే నిజంగా దైవ పరికరాలు. వారు శక్తివంతమైన చేతనాపూర్వకమైన పరికరాలు. వారే లోకాన్ని మార్చగల శక్తిని దిగువకు తీసుకురాగల సామర్థ్యం కలవారు. అలా పనులు పూర్తి చేయవచ్చు. అంతేకాని అవిశ్రాంతంగా పనిచేయడం వలన కాదు.

ప్రపంచ శాంతి మౌనం, నిశబ్దంలో నిర్మించబడుతుంది. నిజంగా ప్రతిసారీ వాస్తవంగా ఏదైనా నిర్మించబడినదంటే అది శాంతి నిశబ్దం, మౌనం ద్వారా నిర్మించబడినదే. నీవు ఉదయం నుండి రాత్రి వరకు పరిగెత్తి అన్నిరకాల ఉపయోగం లేని పనులతో శ్రమించి ప్రపంచం కోసం ఏదో చేయగలను అనుకోవడం అజ్ఞానమే అవుతుంది. ఒక్కసారి నీవు ఈ అవిశ్రాంతంగా పనిచేసే శక్తుల నుండి వేరుగా నిలిచి చూసినపుడు ఇదంతా భ్రమ అనేది అర్థం అవుతుంది. మానవజాతి సమస్తం ఏమి చేస్తున్నారో ఎందుకు చేస్తున్నారో తెలీని, ఒకరిపై ఒకరు కింద మీద పడుతూ తట్టుకొంటూ వున్న ఒక అంధ జీవుల సమూహంగా నీకు కనిపిస్తుంది. పైగా ఈ పిచ్చితనాన్ని వీరు కర్మ అని, జీవితం అని పిలుచుకుంటున్నారు. అది కర్మకాదు. అది నిజమైన జీవితం కాదు. కేవలం ఒక వ్యర్థమైన శూన్యసమమైన అలజడి, ఆందోళనతో కూడిన హడావిడి మాత్రమే.

CWM 3:66-67

భయాన్ని వదిలించుకోండి

నీవు ఒక మారు యోగమార్గంలోకి ప్రవేశించాక అన్ని భయాలను వదిలించుకోవాలి - మానసికమైనవి, ప్రాణికమైనవి, కణాలలో నిక్షిప్తమైన శారీరకమైన భయాలు ఇవన్నీ వదిలించుకోవాలి. నీవు యోగమార్గంలో నీకు తగిలే అనేక దెబ్బలు తన్నులు వల్ల కలిగే ఒకానొక ఉపయోగం. ఈ నీ భయాలను వదలించుకోవడం. నీవు వాటి ముందు స్వేచ్ఛగా, ఉదాసీనంగా, స్వచ్ఛంగా, నిశ్చలంగా ఉండే వరకు ఈ భయాలకు కారణమైన విషయాలు మళ్ళీ మళ్ళీ నీపై దాడి చేస్తుంటాయి. ఒకరికి సముద్రం అంటే భయం, ఇంకొకరికి నిప్పు అంటే భయం. ఇలా నిప్పు అంటే భయపడేవారు అనేక

మార్లు ఆ అగ్నిజ్వాలను ఎదుర్కోవలసి వస్తుంది. చివరికి వారి శరీరంలో ఒక్క కణం కూడా అలజడి లేకుండా నిలిచేలా అది అతన్ని తయారు చేస్తుంది. దేనికి నీవు భయపడితే ఆ భీతి పోయేంత వరకు అది మళ్ళీ మళ్ళీ తిరిగి వస్తూనే ఉంటుంది. ఎవరైతే పరివర్తన కోసం ఎదురుచూస్తున్నారో, ఆధ్యాత్మిక యోగ మార్గాన్ని అనుసరిస్తున్నారో వారి స్వభావంలోని ఏది కూడా దేనివలనైనా కదలిపోకుండా ఏదీ వారిని తాకకుండా ఉండే విధంగా మెల్లమెల్లగా నిర్భయంగా మారాలి.

CWM 3:57

మార్గంలో పురోగతి

అంతరాత్మిక లోకం, లేక చేతనాభూమిక ప్రత్యక్షంగా దైవ చేతన ప్రభావం క్రింద ఉండే లోకంలోని ఒక భాగం, అస్తిత్వపు ఒక భాగం. ప్రతికూల శక్తులు దానిపై స్వల్పమైన చర్య కూడా చేయలేవు. అది శాంతి సామరస్యమయ ప్రపంచం. ప్రతీదీ దానిలో వెలుతురు నుండి ప్రకాశంలోకి, వృధా నుండి పురోగతికి పయనిస్తుంది. అది వ్యక్తిలోని దివ్య చైతన్యం, దైవ పీఠం. ఇది ప్రకాశం, సత్యం, జ్ఞానం, సౌందర్యం, శాంతిల కేంద్రం. మీ ప్రతి ఒక్కరిలోను దివ్యత్వం అతని ఉనికి ద్వారా కొద్దికొద్దిగా రూపొందుతుంది. అది దానిలోనే భాగమైన దివ్య చైతన్యం ద్వారా ప్రభావితమవుతుంది, రూపొందుతుంది, పయనిస్తుంది. మీ అందరిలో అంతరాళంలో వున్నదని మీరు గుర్తించుకోవాలి. మీలోని దైవంతో సాహచర్యం పొందాలి. అది దివ్య చైతన్యం, మీ బాహ్య చైతన్యం మధ్య గల మధ్యస్థ స్థాయి. ఆంతరిక జీవన నిర్మాణకారి. బాహ్య ప్రకృతిలో దైవ సంకల్పపు ఆదేశాలను, నియమాలను రూపొందిస్తుంది. చైత్య పురుషని మీ బాహ్య చైతన్యంలో మీరు గుర్తించగలిగితే, దానితో ఏకమైతే, మీరు శుద్ధమైన శాశ్వత చైతన్యాన్ని దర్శించగలరు. దానిలోనే జీవించగలరు. సాధారణంగా మానవుడు అజ్ఞానంలో కొట్టుకొని పోతుంటాడు. అలాగాకుండా మీలోని శాశ్వత ప్రకాశాన్ని, జ్ఞానం ఉనికిని గుర్తించేలా మీరు పురోగతి సాధిస్తారు. మీరు దానికి శరణాగతి చెందితే దానితో సమగ్రంగా అంకితమైతే అన్ని విషయాలలో దాని ద్వారా కదిలించబడతారు. మీలోని భాగమైన మీ చైత్య పురుష దైవానికి ఇప్పటికే సమర్పించబడినది. లోనుండి వెలుపలకు

గణనీయంగా ప్రభావం వ్యాప్తిస్తుంది. మీ చైతన్యం యొక్క పదార్థ సరిహద్దులు మీ పూర్తి స్వభావాన్ని రూపాంతరం చెందిస్తాయి. ఇక్కడ అస్పష్టత ఏమీ లేదు. ఇది మీలోని ప్రకాశవంతమైన భాగం. చాలామంది వ్యక్తులు వారిలోని అంతరాత్మిక భాగం గురించి స్పృహ కలిగి ఉండరు. యోగంలో కృషి దానిని గుర్తించేలా చేస్తుంది. తద్వారా తక్కువ శ్రమతోనే శతాబ్దాలుగా సాగే రూపాంత రీకరణ ప్రక్రియ ఒకే జీవితంలో లేదా కొద్ది సంవత్సరాలకే జరుగవచ్చు.

చైత్య పురుష మరణం తరువాత కూడా ఉంటుంది. కారణం అది నీ శాశ్వత ఆత్మ, శాశ్వతత్వం. అది చైతన్యాన్ని జన్మజన్మాంతరాలుగా ముందుకు తీసుకుపోతుంది. చైత్య పురుష మీలోని యధార్థ దివ్య వ్యక్తి యొక్క నిజమైన వ్యక్తిత్వం.

CWM 3:62-63

అంతటినీ నూతనంగా నిర్మించాలి

పరమాత్మ స్వేచ్ఛలో, స్వేచ్ఛగా ఉండడం నీ లక్ష్యమైతే నీ అస్తిత్వపు ఆంతరిక సత్యం కానటువంటి, అధోచేతన అలవాట్ల నుండి వచ్చే సమస్త బంధాలను తప్పక వదిలించుకోవాలి. నీవు నిన్ను దైవానికి పూర్తిగా, సంపూర్ణంగా, పవిత్రంగా సమర్పించుకోవాలనుకుంటే నీవు ఆ పనిని అన్నివిధాలా సంపూర్ణంగా చేయాలి. ఇక్కడా, అక్కడా, తునకలకు కట్టుబడి ఉండకూడదు. ఒక వ్యక్తిని బంధనాల నుండి పూర్తిగా వేరు చేయుట సులభం కాదని నీవు అభ్యంతరం చెప్పవచ్చు. కొద్ది సంవత్సరాలలో నీలో జరిగిన మార్పులను పరిశీలించడానికి ఎప్పుడూ వెనుదిరిగి చూడలేదా? అలా చేసినవుడు దానిని నంవేదించినవుడు, అలా యెలా నంవేదించగలిగాను, కొన్ని వరిస్థితులలో వనిచేసినట్లు యెలా పనిచేయగలిగాను అని దాదాపు అన్ని సార్లూ నిన్ను నీవు ప్రశ్నించుకొంటావు. కొన్ని సమయాలలో పది సంవత్సరాల క్రింద ఉన్నప్పటి నిన్నే నువ్వు గుర్తించలేవు. అలాంటప్పుడు గతంలో ఉన్న దానికి, ఇప్పుడు ఉన్న దానికి లేక భవిష్యత్తు ఏది జరుగవచ్చో, జరుగలేదో, ఏది ఉన్నదో లేదా ఏమి లేదని లేదా ఎలా జరుగుతుందో లేదా అనేదాన్ని ముందుగా నీవెలా స్థిరం చేసి కట్టివేసుకుంటావు?

నీలోని అన్ని బాంధవ్యాలను ఆంతరిక స్వేచ్ఛామయ ఎంపిక ఆధారంగా నూతనంగా నిర్మించాలి. పరిసరాల ప్రభావం ద్వారా లేదా సాధారణ మనసు

ద్వారా నీవు జీవించిన లేదా నిన్ను పెంచిన ఆచారాలు లేదా ఇతరుల ఎంపికల ద్వారా నీపై మోపబడ్డాయి. నీ సమ్మతిలో నిర్బంధపు అంశం ఉంటుంది. మతమే మానవులపై విధించబడింది. మతభీతి సూచనలు లేదా కొన్ని ఆధ్యాత్మిక లేదా ఇతర భయాల ద్వారా పెంచుతాయి. దైవంతో నీ బాంధవ్యంలో అటువంటి విధింపు ఉండదు. అది స్వతంత్రంగా నీ స్వంత మనస్సు, హృదయం ఎంపికగా, ఉత్సాహం, ఉల్లాసంతో నిలబడి ఉంటుంది. అటువంటి కలయికతోనే ప్రతి ఒక్కరూ వణికిపోతూ, నేను బంధీని, నేను ఇతర విధంగా చేయలేను అనే ఐకమత్యం యెటువంటిది? సత్యమనేది ప్రత్యక్ష ప్రమాణం కలది. అది ప్రపంచంపై మోపబడలేదు. మానవులు దానిని అంగీకరించవలసిన అవసరం దానికి లేదు. దాని కోసం అది స్వయం యదార్థమయినది. ప్రజలు దాని గురించి ఏమనుకుంటున్నారో అనే దాని మీద నమ్మకాల మీద ఆధారపడి ఉండదు.

CWM 3:82-85

యోగం అస్వస్థత

యోగం చేస్తున్న వారిలోకి పైనుంచి దిగివచ్చే శక్తి వాళ్ళు రూపాంతరం చెందటంలో సహాయం చేస్తుంది. వివిధ రకాలైన మార్గాలలో అది పనిచేస్తుంది. చేయవలసిన పని స్వీకరించే స్వభావం బట్టి వాటి ఫలితాలు మారుతుంటాయి. మొట్టమొదట ఆ జీవిలో రూపాంతరం చెందడానికి సిద్ధమై వున్నదంతా చాలా త్వరగా రూపాంతరం చెందుతుంది. అతను కనుక అతని మనసును తెరుచుకొని ఉండి స్వీకరించుకోగలిగితే యోగ శక్తి స్పర్శతో చాలా త్వరగా మార్పుమొదలయి అభివృద్ధి చెందుతాడు. శరీరంలో ప్రాణిక చైతన్యం లేక దేహ చైతన్యం కనుక సిద్ధంగా ఉంటే అదే వేగంతో మార్పు జరుగవచ్చు. కానీ శరీరంలో యోగ రూపాంతరీకరణ శక్తి కొంతమేరకు మాత్రమే పనిచేస్తుంది. కారణం శరీర గ్రహణ శక్తి పరిమితం. విశ్వానికి సంబంధించిన అత్యంత పదార్థ భూమిక ఇంకా పెద్ద మొత్తంలో వున్న నిరోధంతో కలగలిసిన స్వీకరణ గల స్థితిలోనే ఉంది. అలా కాక మరోపక్క సాధారణంగా మందకొడిగా, జడంగా, ఏమీ పట్టనట్లుగా వుంటుంది. ఈ భాగంలో స్పందించనిదేదైనా నీలో వుంటే ఇక్కడ నిరోధం ఉంటే, కారణం, అస్తిత్వపు తక్కిన భాగమంతా తొందరగా కదలగల సామర్థ్యం దేహానికి లేకపోవడం. అది సమయం తీసుకొనక తప్పదు. సాధారణ జీవితంలో లాగానే అది తన మామూలునడకతోనే సాగుతుంది.

ఎదిగిన వారు పిల్లలతో కలసి నడుస్తున్నప్పుడు ఒక్కోసారి వేగంగా ముందుకు పోతారు. కానీ వారు ఆగి వెనుకబడిన పిల్లలు తమను దాటి కొంచెం ముందుకు పోయే దాకా ఆగుతారు కదా. ఆంతరిక అస్తిత్వంలో యీ పురోగతి, దేహానికి సంబంధించిన యీ తమస్సుకు మధ్య వున్న యీ భిన్నత్వం తరచుగా వ్యవస్థలో ఒక స్థాన చలనాన్ని సృజిస్తుంది. అదిగో అది అస్వస్థతగా బయట పడ్తుంది. ఇందుచేతే యోగాన్ని స్వీకరించిన వారు, ఏదో ఒక భౌతిక అసౌకర్యంతో లేక అనారోగ్యంతో మొదట తరచుగా బాధపడతారు. వాళ్ళు తమ జాగ్రత్తలో తాముంటే, అది సంభవించనవసరం ఉండదు. లేక వాళ్ళ దేహంలో, అసాధారణ గొప్ప స్వీకరణ శక్తిఉంటే కూడా వాళ్ళు తప్పించుకుంటారు. యోగ ప్రక్రియకు తగినట్లు అదివరకే దేహం సంసిద్ధం చేయబడి ఉంటే తప్ప, ఆంతరిక రూపాంతీ కరణానికి దగ్గరగా భౌతిక భాగాలు అడుగేస్తూ అనుసరించేటట్లు చేయగల అమిశ్రిత స్వీకరణ శక్తిని పొందడం సాధ్యం కాదు.

CWM 3:85-86

అస్తిత్వ ఇతర భాగాలలో సమమైన పురోగతి అనుసరించకపోతే ఒక భాగంలో మాత్రవే జరిగే వేగవంతమైన పురోగతి, స్వభావంలో అసామరస్యతను, అస్తిత్వంలో ఎక్కడోచోట స్థానచలనం కలిగిస్తుంది. ఎప్పుడైనా సరే ఎక్కడైనా సరే యీ స్థాన చలనం జరిగితే అది తనంతట తనను అస్వస్థతగా మార్చి వేసుకొంటుంది. స్థాన చలనం స్వభావం మీద ఆధారపడి అస్వస్థత స్వభావం ఉంటుంది. ఒక రకమైన అస్వస్థత మనసును ఇబ్బంది పెడ్తుంది. అదిపుట్టించే అలజడి, పిచ్చివాడయ్యేంతదాకా తీసుకుపోతుంది. మరోరకమైన అసామరస్యత దేహం మీద జ్వరంగా, లేక చెమట పొక్కులుగా, లేక మరో విధమైన చిన్న పెద్ద అశాంతిగా తనను తాను చూపుకోవచ్చు.

ఒకపక్క తనమీద పనిచేసే శక్తిని స్వీకరించడానికి, ప్రతిస్పందించడానికి సంసిద్ధంగా వున్న అస్తిత్వ భాగాలలో రూపాంతరీకరణ కార్యాన్ని యోగ క్రియా శక్తుల చర్య వేగవంతం చేస్తుంది. ఈ రకంగా యోగం, సమయాన్ని పొదుపు చేస్తుంది. సకల ప్రపంచం, ఒక పురోగమనాత్మక రూపాంతరీకరణ ప్రక్రియలో ఉంది. యోగాభ్యాసం చేస్తే నీలో యీ ప్రక్రియ వేగవంతమౌతుంది.

సాధారణ రీతిలో అయితే సంవత్సరాలు పట్టే పనికి యోగం వల్ల కొద్ది రోజుల్లో, కొద్ది గంటల్లో సైతం చేయగలవు. కానీ ముందుకు నడిపే యీ ప్రేరణకు విధేయమై ఉండేది నీ ఆంతరిక చేతన. ఎందుకనంటే నీ అస్తిత్వపు ఉన్నత భాగాలు, యోగపు చురుకైన, ఏకాగ్రమైన చలనాన్ని వెంటనే అనుసరించి, అందువల్ల ఉత్పన్నమయ్యే ఆవశ్యకతకు తగినట్లు తనను తాను అవిరామంగా చక్కదిద్దుకొనడానికి, మలచుకొనడానికి అర్పించుకొంటాయి.

దైవ కృపకు సమర్పణ

నీవు ఏమి చేసినా, ఎటువంటి ప్రక్రియ ఉపయోగించినా, నీవు గొప్ప నైపుణ్యం, శక్తిని సంపాదించుట జరిగినా, ఆ ఫలితము మాత్రము భగవంతుని చేతులలోనే వదిలివేయాలి. నువ్వు ప్రయత్నం చేసి ఉండవచ్చు కానీ నీ కృషికి ఫలాన్ని ఇవ్వడం, ఇవ్వకపోవడం అనేది భగవంతుని పని. అక్కడ నీ వ్యక్తిగత శక్తి ఆగిపోతుంది. ఒకవేళ ఫలితం వస్తే, అది భగవంతుని శక్తివల్లే కానీ నీ ప్రతిభవ వల్ల వచ్చింది కాదు. ఈ విషయాల కోసం దైవాన్ని అడగటం సరైనదేనా అని మీరు ప్రశ్నించారు. కానీ నైతికలోపాన్ని తొలగించమని ప్రార్థించడంకంటే శారీరక లోపాన్ని తొలగించడం కోసం దైవాన్ని ఆశ్రయించడం వల్ల ఎక్కువ హాని లేదు. కానీ మీరు ఏది కోరినా, మీ కృషి ఏదయినా, మీరు ఎంత జ్ఞానం ఉపయోగించినా, ఎంతో శక్తి వెలువరించినా మీ ప్రయత్నం మీరు మంచిగా చేస్తున్నప్పటికీ ఫలితం అనేది భగవంతుని దయ మీద ఆధారపడి ఉంటుందని మీరు ఖచ్చితంగా భావన చేయాలి. ఒకసారి యోగాన్ని మీరు తీసుకొన్నాక మీరు ఏది చేసినా పూర్తి శరణాగతి స్ఫూర్తితో చేయాలి.

మీ ధృక్పథం ఇలా ఉండాలి. 'నేను ఆకాంక్షిస్తున్నా, నా లోపాలను నయం చేయడానికి ప్రయత్నిస్తాను. నేను నా వంతు కృషి చేస్తాను. కానీ ఫలితాన్ని మాత్రం నేను పూర్తిగా భగవంతుడి చేతులలో పెట్టాను.

CWM 3:97

ధ్యానంలో కూర్చొనుట

మీరు ధ్యానం చేసే విభిన్న పరిస్థితులు ఉన్నాయి. అవన్నీ లోనికి తీసుకువచ్చిన లేదా క్రిందికి దించబడిన శక్తులపై వాటి కార్యంపై ప్రభావం

చూపుతాయి. మీరు ఒంటరిగా కూర్చుంటే, మీ స్వంత అంతర్గత,బాహ్య స్థితి మాత్రమే పరిగణనలోకి వస్తుంది. మీరు ఇతరులతో కూర్చుంటే, సాధారణ పరిస్థితికి ప్రాధమికంగా ప్రాముఖ్యత ఉంటుంది. కానీ ఏ సందర్భంలోనైనా పరిస్థితులు ఎల్లప్పుడూ మారుతూ ఉంటాయి. ఆ శక్తుల సమాధానం ఎప్పుడూ రెండుసార్లు ఒకేలా ఉండదు. సరిగ్గా చేసిన అంటే ఐక్యతతో కూడిన ఏకాగ్రత గొప్పశక్తిగా ఉంటుంది. పన్నెండు మంది హృదయపూర్వక వ్యక్తులు తమ సంకల్పాన్ని వారి ఆకాంక్షలను ఏకం చేసి, దైవాన్ని పిలిస్తే దైవం ప్రత్యక్షమవుతుందని పాత సామెత. కానీ సంకల్పం ఒకే లక్ష్యం కలదై ఆకాంక్ష నిజాయితీగా ఉండాలి. ప్రయత్నం చేసే వాడికి జడత్వంలో లేదా పొరపాటున లేదా వికృతమైన కోరికలో కూడా ఐక్యంగా ఉండవచ్చు. ఫలితం వినాశకరమైనది కావచ్చు.

మీ ధ్యానంలో మొదటి తప్పనిసరైన అవసరం అన్ని వేళలా చైతన్యంతో సంపూర్ణ చిత్తశుద్ధితో కూడిన స్థితి. మిమ్మల్ని మీరు మోసగించుకోకూడదు. ఇతరులచే మోసపోకూడదు అనేది తప్పని సరి. తరచుగా వ్యక్తులకు ఒక కోరిక, మానసిక ప్రాధాన్యత లేదా ప్రాణిక కోరిక ఉంటుంది. అనుభవం ఒక నిర్ధిష్ట మార్గంలో జరగాలని, వారి ఆలోచనలు, కోరికలు ప్రాధాన్యతలను సంతృప్తిపరిచే మలుపు తీసుకోవాలని వారు కోరుకుంటారు. వారు తమను తాము ఖాళీగా, ముందుగా అభిప్రాయాన్నేర్పరచుకొనకుండా ఉండలేరు. జరుగుతున్నదాన్ని నిరపేక్షంగా, నిజాయితీగా చూస్తూ ఉండలేరు.

అప్పుడు ఏమి జరుగుతుందో, అది మీకు నచ్చకపోతే మిమ్మల్ని మీరు మోసంచేసుకోవడం సులభం. మీరు ఒకదాన్ని చూసి దానిని కొద్దిగా మెలిద్రిప్పి మరిదేన్నోగా చేస్తారు. మీరు చాలా చిన్న విషయాన్ని స్పష్టంగా తెలిసేదాన్ని వికృతం చేస్తారు. లేదా దానిని అసాధారణమైన అనుభవంగా పెద్దది చేస్తారు. మీరు ధ్యానంలో కూర్చునప్పుడు మీరు మీ బాహ్య మనస్సుతో జోక్యం చేసుకోకుండా, ఏమీ ఆశించకుండా, దేనిమీదా పట్టుబట్టకుండా, చిన్న పిల్లల వలె నిక్కచ్చిగా, సరళంగా ఉండాలి. ఈ పరిస్థితి వచ్చిన తర్వాత, మిగతావన్నీ మీలో లోతైన ఆకాంక్షపై ఆధారపడి ఉంటాయి. మీరు శాంతికోసం లోపల నుండి అడిగితే, అది వస్తుంది. బలం కోసం, శక్తికోసం, జ్ఞానం కోసం అడిగినా అవి కూడా వస్తాయి. కానీ మీరు స్వీకరించే సామర్థ్య ప్రమాణం మీద ఆధారపడి ఉంటాయి. మీరు దైవాన్ని పిలిస్తే, అప్పుడు కూడా ఎల్లప్పుడూ

మీ పిలుపు వైపుకు దైవం తిరిగి ఉంటాడని అంగీకరిద్దాం. అంటే మీ పిలుపు అతనిని చేరుకోడానికి తగినంత స్వచ్ఛంగా, బలంగా ఉందని అంగీకరిద్దాం. మీకు సమాధానం ఉంటుంది.

CWM 3:98-99

వికర్షణను వదలించుకోవడం

సంతసాన్ని కలిగించని అందంగా లేని వస్తువులతో ప్రపంచం నిండి ఉంది. వీటి యెడల ఒక నిరంతర వికర్షణాభావాన్ని కలిగి ఉండడానికది కారణం కాకూడదు. మానవ మనసును కలత చెందించే, బలహీన పరిచే, ముడుచుకుపోవడం, యేవగింపు, భయం లాంటి సమస్త సంవేదనలను అధిగమించాలి. యోగి ఈ ప్రతికూల చర్యలను అధిగమించాలి. ఎందుకనంటే యోగంలో దాదాపు మొట్టమొదటి అడుగే, ఒక పరిపూర్ణ సమచిత్తతను సమస్త జీవుల యెడల, వస్తువుల యెడల, సంఘటనల యెడల, సాధకుడు నిలుపుకోవాలిన అభ్యర్థిస్తుంది. వాటిచే తాకబడకుండా, చలింపజేయబడకుండా అతడు స్థిరంగా ఉండాలి. యోగి బలం అందులోనే ఉండేది. ప్రమాదకరమైన, క్రూర జంతువులు సైతం యెదురైనపుడు సంపూర్ణ స్థిరత, ప్రశాంతత వాటిని నిరాయుధుల్ని చేస్తుంది.

వికర్షణ, అజ్ఞానపు ఒక చలనం. అది సత్వర రక్షణకై యేర్పడిన ఒక సహజాతాత్మక భావ సూచిక. ఏ ప్రమాదం నుండైనా నిన్ను కాపాడేది, నిర్హేతుక జంకు కాదు, జ్ఞానం. ప్రమాద స్వభావానికి సంబంధించిన జ్ఞానం, ప్రమాదాన్ని తొలగించే లేక రూపుమాపే సాధనాలను యెరుకతో ఉపయోగించడం.

అజ్ఞానాన్ని వదిలించుకోవడం

ఒక సర్వసామాన్య మానవస్థితికి సంబంధించిన అజ్ఞానం నుండి ఈ కదలికలు లేస్తాయి. మన చుట్టూ వున్న బాహ్యా అస్తిత్వం నుండి ప్రారంభమయ్యే ఆదిమ మానవ స్వభావానికి మనం కట్టివేయబడినవారము కాదు.

పెరుగుతున్న చేతనతో అజ్ఞానం చెల్లాచెదురౌతుంది. నీకవసరమైనది చేతన, ఎప్పుడూ అధిక చేతన, శుద్ధమూ, సరళమూ, ప్రకాశమయమూ అయిన చేతన. పరిపూర్ణ యీ చేతన వెలుగులో వున్నవి వున్నట్లుగా మనం

అవి యెలా కన్పించాలని అనుకుంటామో అలాగాక మనకు వస్తువులు కనిపిస్తాయి. కదిలిపోతున్నపుడు సమస్త వస్తువులను విశ్వసనీయంగా నమోదు చేసే ఒక తెరలాగా ఉంటుంది. ఏది ప్రకాశవంతమైనదో, ఏది చీకటిలాంటిదో, ఏది తిన్ననైనదో ఏది వంకరపోయి వున్నదో చూస్తావు. నీ చేతన ఒక తెరలా లేక అద్దంలా తయారవుతుంది. సాధకుడు ధ్యాన స్థితిలో వున్నపుడో, కేవలం ఒక పరిశీలకునిగా ఉన్నపుడో అలా జరుగుతుంది. నీవు సక్రియంగా వున్నపుడు ఒక కాగడా అవుతుంది. దేన్నైనా, ఏ చోటునైనా, వెలుగులో, నిశితంగా చూడాలంటే నీవు చేయవలసిందల్లా ఆ కాగడాను వెలిగించడమే.

సమర్పణ, త్యాగం

మనయోగంలో త్యాగం అనేదానికి చోటులేదు. కాని ఆమాటకు నీవిచ్చే అర్థం మీదే అంతా ఆధారపడి వుంది. దాని విశుద్ధ అర్థంలో ఒక భక్తిపూర్వక నివేదన, దైవం కోసం చేసే పవిత్ర కార్యం. కాని యిప్పుడు ఆ మాటకున్న అర్థంలో, త్యాగం అంటే విధ్వంసం కలిగించేది. దాని చుట్టూ ఒక నిషిద్ధ భావం వుంటున్నది. ఈ విధమైన త్యాగం అంటే సాఫల్యత కాదు. అదొక తిరస్కృతి, ఆత్మహననం, నీ శక్యతలను నువ్వే వదలించుకోవడం. అత్యంత పదార్థ సంబంధమైన వాటి దగ్గర్నుండి అత్యంత ఆధ్యాత్మికమైన వాటి వరకు గల నీ మూర్తిత్వపు శక్యతలను, ఉపలబ్ధులను త్యజించడం. త్యాగం నీ ఆస్తిత్వాన్ని క్షీణింపచేస్తుంది. భౌతికంగా నీ జీవితాన్ని దేహాన్ని త్యాగం చేస్తే భౌతిక భూమికపై నీ శక్యతలన్నింటినీ వదిలి వేసుకొన్నట్లే. నీ భూ సంబంధ అస్తిత్వపు ఘన కార్యాల ఉపయోగాన్ని కోల్పోయినట్లే. అదేవిధంగా నైతికంగా నీ జీవితాన్ని త్యాగం చేయవచ్చు. నీ అంతర అస్తిత్వపు విశాల పరిధిని, స్వేచ్ఛామయ సాఫల్యతను వదలివేసుకొంటావు. ఆత్మ పావన భావంలో యెల్లప్పుడూ ఒత్తిడికి లోనవడం అనే సంపీడన, ఎవరో విధించిన ఆత్మ తిరస్కృతి స్పృహ ఉండనే ఉంటుంది. అంతరాత్మ లోతైన విశాల, అప్రయత్నంగా చేసే పనులకు చోటివ్వని ఒక ఆదర్శం యిది. మన అర్థంలో సమర్పణ అంటే యిది కాదు, కాని అదొక అప్పటికప్పుడు అప్రయత్నంగా జరిగే ఆత్మ-నివేదన, నీవు కూడా ఒక భాగమై వున్న ఒక మహనీయ చేతనకు, దైవానికి నీ మొత్తం అస్తిత్వాన్ని నివేదనగానే చేయడం. అది మూర్తిత్వాన్ని

తగ్గించదు. లేక బలహీన పరుచదు, లేక ధ్వంసం చేయదు. దానినది బలోపేతం చేస్తుంది. అతిశయింపజేస్తుంది. సమర్పణ అంటే నివేదించడంలో వుండే సమస్త ఆనందంతో నివేదన చేయడం, అందులో త్యజించడమనే స్పృహ ఉండదు. త్యాగం చేస్తున్నాననే సంవేదన యెంత కొంచెం వున్నా, అది సమర్పణ యెంత మాత్రం కాదు. ఎందుకనంటే దానర్థం, నిన్ను నీవు మినహాయించుకొంటున్నావన్నమాట లేక నివేదించ ప్రయత్నిస్తున్నావన్నమాట. అయిష్టతతో లేక బాధతో, శ్రమతో కానుక సమర్పిస్తున్నానన్న ఆనందం లేకుండా, బహుశా నీవుగా నివేదన చేస్తున్నాననే అనుభూతి కూడా లేకుండా నివేదిన చేస్తున్నావన్నమాట. నీ అస్తిత్వం మీద ఒత్తిడినను భవిస్తూ యేదైనా చేస్తున్నప్పుడు దానిని అపసవ్యంగా చేస్తున్నావని కచ్చితంగా చెప్పవచ్చు. యథార్ధ సమర్పణ నిన్ను విశాలం చేస్తుంది. నీ సామర్థ్యాన్ని పెంచుతుంది. లక్షణ పరంగా, పరిమాణ పరంగా, నీకది వరకు లేనంత ఉన్నత ప్రమాణంలో అందిస్తుంది. లక్షణానికీ, పరిమాణానికీ సంబంధించిన ఈ నూతన గొప్ప ప్రమాణం అది వరకు నీవు పొందినదేదైనా దానంతటికన్న భిన్నంగా ఉంటుంది. నీవు సమర్పణగాకపోయినట్లయితే ప్రవేశించలేని మరోలోకం లోనికి, ఒక విస్తారతలోనికి ప్రవేశిస్తావు. ఒకనీటిబొట్టు సముద్రంలో పడినప్పటి లాగా ఉంటుంది. ఇంకా అది అచట తన ప్రత్యేకతను నిలిపి వుంచుకొంటే, అది ఒక నీటిబొట్టులాగానే గాని, అంతకు మించినది గాకుండా మిగిలి పోతుంది. అది సమర్పణ గాలేదు కనుక, చుట్టూ వున్న సమస్త అపరిమేయత చేత అణచివేయబడుతున్న ఒక చిన్ని బొట్టుగా మిగిలిపోతుంది. కాని సమర్పణ గావడం వల్ల అది సముద్రంతో యేకమౌతుంది. మొత్తం సముద్రపు స్వభావంలో శక్తిలో వైశాల్యతలో పాలు పంచుకొంటుంది.

CWM 3:114-15

సమర్పణ - ఆత్మార్పణ

దైవానికి తన జీవిత బాధ్యతనప్పగించటం గురించి తీసుకొన్న నిర్ణయం సమర్పణ. ఈ నిర్ణయం జరుగకపోతే యేదీ సాధ్యం గాదు. సమర్పణగాకపోతే, యోగం గురించి ఆలోచించే పనే ఉండదు. ప్రతిదీ దాని తర్వాతే సహజంగా లభిస్తుంది. ఎందుకనంటే మొత్తం ప్రక్రియ సమర్పణతోనే ఆరంభమౌతుంది.

జ్ఞానం ద్వారా లేక భక్తి ద్వారా సమర్పణగావచ్చు. దైవమొక్కటే సత్యం అని ఒక బలమైన ఘర్షణ దైవం లేకపోతే బ్రతుకలేననే ఒక ప్రకాశవంతమైన నమ్మకం ఉండవచ్చు. లేక ఈ మార్గమొక్కటే సుఖంగా, సంతోషంగా ఉంచే మార్గామనే అప్రయత్న సంవేదన ఉండవచ్చు, దైవానికి మాత్రమే యెట్టి మినహాయింపులు లేకుండా చెందిన వాడననే ఒక బలమైన అంతరాత్మిక వాంఛ వుండవచ్చు. "నేను నాకు చెందను" అని అనవచ్చు, అని నీ అస్తిత్వ బాధ్యతను పరమ సత్యానికి అప్పగించవచ్చు. ఆ పిదప ఆత్మార్పణ చోటు చేసుకొంటుంది. "మంచి, చెడు, అంధ, వివేక విభిన్న లక్షణాలు గల ఒక జీవిగా నేనిక్కడున్నాను. నేనెలా ఉన్నానో అలాగే నన్ను నీకర్పించుకొంటు న్నాను. నా ఉచ్చ నీచాలన్నింటితో సహా, పరస్పరం విరోధించే ప్రేరేపణలు, వైఖరులన్నింటితో నన్ను స్వీకరించు. నన్నేం చేయాలనుకొంటున్నావో అదే చెయ్యి". ఆత్మార్పణ జరుగుతున్నప్పుడు ప్రప్రథమంగా యేది నీలో యీ నిర్ణయం తీసుకుందో దానిచుట్టూ కేంద్రీయ అంతరాత్మిక సంకలం నీ అస్తిత్వాన్ని యేకత్రాటిపై నిలుపనారంభిస్తావు. స్వభావానికి సంబంధించిన తగాదా పడుతుంటే అంశాలన్నింటినీ సమన్వయ పరచవలసి వుంటుంది. వాటిని ఒక్కొక్కదాన్ని ఒకదానితర్వాత మరొకటిగా తీసుకొని కేంద్రీయ పురుషునితో యేకం చేయవలసి ఉంటుంది. ఒక అప్రయత్న కదలికతో నిన్ను నీవు దైవానికి అర్పించుకోవచ్చు. ఈ యేకీకరణ లేకుండా ప్రభావవంతంగా నిన్ను నీవు అర్పించుకోవడం సాధ్యం కాదు.

సమర్పణ, పవిత్రీకరణ

ఎంతగా యేకీకరణ జరిగితే అంతగా ఆత్మ - నివేదనను వాస్తవం చేసుకోగలుగుతావు. ఒకసారి గనుక ఆత్మ - నివేదన సంపూర్ణమైతే పవిత్రీకరణ దానిననుసరించి జరుగుతుంది. సాక్షాత్కార ప్రక్రియ మొత్తానికది మకుటం, శ్రేణీవ్యవస్థలో చివరి మెట్టు. దాని తర్వాత యిబ్బంది ఎంత మాత్రం వుండదు, అంతా సవ్యంగా మృదువుగా పరుగెడ్తుంది. సమగ్రంగా పవిత్రుడనైనానని ఒక్కసారిగా అనుకొనకుండా వుండడం మరిచిపోవద్దు. అటువంటి నమ్మకం కలిగించే భ్రమకు తరచుగా లోనవుతావు. ఎందుకనంటే ఒకటిరెండ్రోజులు అటువంటి బలమైన చలనం నీలో కలుగుతుంది. ప్రతిదీ ఇహ నుంచి ఆ జ్ఞానంతో మేలుకొని

సంకల్పించకుండా దానంతటదే అనుసరించి జరుగుతుందని ఆశించే వైపు దారితీస్తుంది. కాని వాస్తవంలో, కనీసంగా అయినా కొంచెం ఆత్మ తృప్తికి లోనైతే, నీ పురోగతిని నీవే వెనక్కు లాగిన వాడివౌతావు. ఎందుకనంటే, ఒకదానితో మరొకటి పోరాడే అసంఖ్యాక ధోరణులతో నీ అస్తిత్వం నిండి వుంది. విభిన్న మూర్తిత్వాలతో దాదాపు నిండివుంది అని కూడా చెప్పవచ్చు. వాటిల్లో ఒకటి తనను తాను అర్పించుకొంటే, యితరమైనవి తలెత్తి ఆ ఒప్పుదలను తిరస్కరించవచ్చు. "మమ్మల్ని మేము అర్పించుకోలేదు" అని గగ్గోలు పెట్టవచ్చు. పెట్టి వాటి స్వేచ్ఛ కోసం, తమను వ్యక్తం చేసుకొనడం కోసం రొద చేయనారంభిస్తాయి. అప్పుడు వాటిని సముదాయించి వాటికి పరమ సత్యాన్ని చూపించు. ప్రతి మూలమూలను శోధిస్తూ, తాము పైకి రావడానికి తమకు తగిన మానసిక క్షణం కోసం వేచి చూస్తూ వున్న నీలోని అరాచక అంశాలన్నింటినీ యెదుర్కొంటూ, నీ అస్తిత్వం మొత్తం చుట్టూ సహనంతో తిరిగి రావలసి ఉంటుంది. నీ మానసిక, ప్రాణిక, భౌతిక స్వభావం చుట్టూ పూర్తిగా ఒక చుట్టు తిరిగి ప్రతిదానినీ, తనను తాను దైవానికి అర్పితమయ్యేటట్లు ఒప్పించేటట్లు చేసి, తద్వారా ఒక పరిపూర్ణ ఏకీకృత పవిత్రీకరణ జరిగిన తరువాత మాత్రమే, నీ యిక్కట్లకు నీవు పూర్తి ముగింపు పలుకుతావు. జఔవీ 3:126-27

వైరాగ్యం

గ్రంథాలలో వైరాగ్యాన్ని గురించి యెంతో చెప్పారు. నీ అధీనంలో వున్నవాటిని, త్యజించు, సంగత్వాలను త్యజించు, కోరికలను త్యజించు అని చెప్పారు. దేన్నైనా త్యజించవలసి వున్నంత కాలం, యీ మార్గంలో లేనివాడవే అవుతావనేది నా అభిప్రాయం. ఎందుకనంటే, విషయాలను అవి వున్నట్లు వున్నవిగా చూచినపుడు వాటి యెడల పూర్తిగా యేవగింపు చెందకపోతే, వాటిని త్యజించే కృషి చేయవలసి వున్నంత కాలం, అతి మానస సాక్షాత్కారానికి నీవు సంసిద్ధంగా లేవన్నమాట. అధి మనసు నిర్మాణాలు - అది నిర్మించిన ప్రపంచం, అది ఆధారభూతంగా వున్న ఇప్పటి క్రమం ఇంకా నీకు సంతృప్తి కలిగిస్తుంటే, ఆ సాక్షాత్కారంలో నీవు పాలుపంచుకోగలవని ఆశించకు. అటువంటి ప్రపంచం రోత పుట్టిస్తున్నదని భరించలేకపోతున్నానని, సమ్మతించ లేకపోతున్నానని తెలుసుకొన్నప్పుడు మాత్రమే, నీవు చేతన పరివర్తనానికి తగిన వాడివవుతావు. అందుచేతే నేను వైరాగ్యానికంత

ప్రాముఖ్యతనివ్వను. త్యజించడం అంటే, నీవు దేనికి విలువనిస్తున్నావో దానిని వదలి వేయడమన్నమాట, దేనిని అట్టేపెట్టుకోవడం మంచిదని భావిస్తున్నావో దానిని విడిచి వేయడమన్నమాట. దానికి విరుద్ధంగా, యీ ప్రపంచం అందవిహీనంగా వుంది, దీనికి మతి లేదు, కర్కశంగా వుంది, భరించలేనంత బాధామయ స్థితిలో నిండిపోయి ఉంది అనే సంవేదన వుండాలి. ఒకసారి యీ సంవేదన కలిగితే సమస్త భౌతిక, సమస్త మానసిక చేతన, పదార్థ సంబంధ సమస్త చేతన, అదలా ఉండకూడదనుకొనే చేతనంతా, పరివర్తన జరగాలని "నాకు మరోదే కావాలి - సత్యమైనది, సుందరమైనది, ఆనందమూ, జ్ఞానమూ, చేతన నిండుగా వున్న మరేదో కావాలి అని ఆక్రందిస్తాయి". ఇచ్చట వున్న సమస్తం ఒక అంధకార చేతనా సంద్రంలో తేలియాడుతోంది. కాని నీ సమస్త సంకల్పంతోనూ, సమస్త చేతనతోనూ, సమస్త ఆకాంక్ష తీవ్రతతోనూ దైవాన్ని కోరుకొన్నప్పుడు అది తప్పకుండా ప్రాప్తిస్తుంది. కానీ కేవలం ప్రపంచాన్ని మరమ్మత్తు చేసి బాగుచేయడం కాదు. ప్రభుత్వం మారాలని, సాంఘిక సంస్కరణ, పరోపకార కార్యక్రమం జరగాలని తద్వారా ప్రపంచాన్ని మెరుగుపరచగలమని నినదించే జనం వున్నారు. ఒక నూతన ప్రపంచాన్ని, ఒక యధార్థ ప్రపంచాన్ని, పరమసత్య చేతన ప్రకటనగా వుండే ప్రపంచాన్ని మనం కోరుతున్నాం. అది యెంత త్వరగా జరిగితే అంత మంచిది, అది తప్పక జరగాలి!

అది ఏదేమైనప్పటికీ, విషయగత పరివర్తన అంటే వ్యక్తి అంతరంగిక పరివర్తన మాత్రమే కాదు. మొత్తం భౌతిక జీవితం కూడా రూపాంతరం చెందాలి. మనలో కేవల పరివర్తనాన్ని మాత్రమే పదార్థ ప్రపంచం కోరడం లేదు.

CWM 3:128-29

మన నినాదం, సహిష్ణుత

సహిష్ణుత అనేది నీ నినాదమగుగాక. పితూరీ చేయకుండా వుండి, మహా ఘనకార్యాన్ని సాధించడానికి అవసరమైన సకల స్థితులలోనూ జీవించడం జరగాలని జీవ-శక్తికి అంటే నీ ప్రాణిక అస్తిత్వానికి బోధించు. దేహం చాలా సహనం కల సేవకుడు, భారం మోస్తున్న మచ్చికైన జంతువులా, పరిస్థితి ఒత్తిడినది భరిస్తుంది. ఎప్పుడూ గొణుగుతూండేది, అసౌకర్యంగా ఉండేది అనేది ప్రాణిక అస్తిత్వం. ఎంతటి దాస్యానికి, చిత్రహింసకు భౌతికాన్ని అది గురిచేస్తుందో చెప్పలేం. నిర్హేతుక తన చిత్త చాంచల్యానికనుగుణంగా ప్రతిదీ మారిపోవాలని పట్టుబడ్తూ తనవ్యామోహాలకు, మోజులకు, దయనీయమైన దేహాన్ని మెలిపెడ్తుందో, వికృతం చేసున్తుందో! సహిష్ణుత అసలు

సారమేమిటంటే, ప్రాణికం తన నిలకడలేని యిష్టాయిష్టాలను, స్థిరంగా నిలుపుకోగలిగేటట్లు చేయడం. ఇతరులు నీ యెడల అమర్యాదకరంగా ప్రవర్తించినా లేక నీ సుఖానికంతరాయం కలిగించేదేదైనా జరిగినా, కలత చేయడానికి బదులుగా సంతోషంగా ఉండాలి. ఏదీ నిన్ను కొంచెం కూడా కలవరపెట్టకుండా ఉండాలి. ప్రాణికం, తన అల్ప యిబ్బందులను, అట్టహాసంగా అతిశయింపజేస్తూ చెప్పబోతున్నపుడు ప్రపంచంలో అనేకమంది కంటే నీవెంత సంతోషంగా వున్నావో చెప్తూ వాటిని పట్టించుకోవడం మానెయ్యి. గత యుద్ధంలో పోరాడిన సైనికులు ఎటువంటి పరిస్థితులలో జీవించవలసి వచ్చిందో ఒక్క క్షణం ఆలోచించు. అటువంటి కష్టాలను గనుక భరిస్తే, నీ అసంతృప్తుల పూర్తి అవివేకాన్ని గ్రహించగలుగుతావు. అయినప్పటికీ నీవు కష్టాలు పడాలని నేననుకోవడం లేదు. నేను కోరేదేమంటే నీ జీవితానికి సంబంధించిన విలువలేని చిన్నిచిన్ని యిబ్బందులను సహించడం నువ్వు నేర్చుకోవాలని మాత్రమే.

సహిష్ణుత లేకుండా గొప్ప విషయాలేవీ సాధించబడవు.

CWM 3:136

విశ్వాసం

బాహ్య చేతన అవగాహన, అంతరాత్మిక అవగాహనను తిరస్కరించవచ్చు. కాని అంతరాత్మకు యథార్థమైన జ్ఞానం వుంది. అంతఃస్ఫురిత సహజాతాత్మిక జ్ఞానం. "నాకు తెలుసు కాని కారణాలు చెప్పలేను. కాని నాకు తెలుసు" అని అది అంటుంది. ఎందుకనంటే దాని జ్ఞానం అనుభవం మీద, లేక యథార్థమని ఋజువు చేసిన దానిమీద ఆధారపడిన మానసిక జ్ఞానంకాదు. ఋజువులుచూపించిన తర్వాత గూడ అది నమ్మదు. విశ్వాసం అనేది అప్పటికప్పుడు అప్రయత్నంగా, సరాసరిగా జరిగిన అంతరాత్మ చలనం. దానిని తిరస్కరిస్తూ మొత్తం ప్రపంచమంతా కలిసి, వేలకొలది ఋజువులు చూపినప్పటికీ అది ఒక ఆంతరిక జ్ఞానం ద్వారా తెలుసుకొంటుంది. దేనికైనా సరే యెదురు నిలువగల, తాదాత్మ్యతా అవగాహన వల్ల, అపరోక్ష అవగాహన వల్ల అది తెలుసుకుంటుంది. అంతరాత్మ జ్ఞానం, ఘనిష్టమైనది, స్పర్శనీయమైనది, ఒక బండరాయిలాంటిది. దానిని వ్యక్తి, మానసికంలోనికి, ప్రాణికంలోనికి, భౌతికంలోనికి కూడా తీసుకురావచ్చు. నిజంగా పర్వతాలను సైతం కదలించివేయగల సమగ్ర విశ్వాసం అవుతుంది నీది. "ఇదిలా కాదు"

అని చెప్పేదేదీ నీ అస్తిత్వంలో ఉండకూడదు, లేక పరీక్షిద్దాం అనేది కూడా ఉండగూడదు. ఎంత కొంచెంగానైనా అర్ధనమ్మకముంటే అది వ్యవహారాన్ని పాడు చేస్తుంది.

విశ్వాసం గనుక సమగ్రమూ, అచంచలమూగాకపోయినట్లయితే పరాత్పరుడెలా అభివ్యక్తం అవుతాడు? స్వయంగా విశ్వాసం తనకు తానుగా సదా అచంచలం - అది దాని అసలైన స్వభావం. ఎందుకనంటే అలా గాకపోతే అది అసలు విశ్వాసమే గాదు. అంతరాత్మిక చలనాన్ని మనస్సు, లేక ప్రాణికం, లేక భౌతికం అనుసరించకపోవడం జరుగవచ్చు. ఒక మనిషి ఒక యోగి దగ్గరకు వెళ్ళినపుడు, ఈ వ్యక్తి తనను గమ్యానికి చేర్చగలడు అనే విశ్వాసం ఆకస్మికంగా కలుగవచ్చు. ఆ యోగికి అందుకుతగిన జ్ఞానం వున్నదా లేదా అనేది వెళ్ళిన వానికి తెలియదు. ఒక అంతరాత్మిక ఘాతాన్ని (దెబ్బను) సంవేదించి, తన గురువును కలుసుకొన్నానని తెలుసుకుంటాడు. సుదీర్ఘ మానసిక పరిగణనల తర్వాత, లేక అనేక మహిమలు చూచిన తర్వాత గాని నమ్మడం అనేది జరుగదు. మనకుండి తీరవలసిన అర్హత గలది ఈ విధమైన విశ్వాసం మాత్రమే. వాదించడం మొదలుపెడ్తే నీ భవిష్యత్తునెప్పుడూ కోల్పోతూనే ఉంటావు.

CWM 3:152 *- ది మదర్*

నీ అనుభవం ఏ రకమైనదైనా కావచ్చు. దానిలో భయానికి చోటు ఇవ్వరాదు. ఒక స్థిరమైన ఆత్మవిశ్వాసాన్ని కలిగి ఉండాలి. అంతేగాక ఏది జరగవలసి ఉందో అదే జరుగుతుంది అనే భావన కలిగి ఉండాలి. ఒకసారి నీవు నీ మార్గాన్ని ఎంచుకున్నాక దాని పర్యవసనాలన్నిటిని ధైర్యంగా స్వీకరించ డానికి సిద్ధంగా ఉండాలి. ఒకసారి ఒక మార్గాన్ని ఎంచుకుని మళ్ళీ తిరిగి వెనక్కు పోయి, మళ్ళీ రావడం మళ్ళీ వెనక్కు పోవడం, ఎల్లప్పుడూ సందేహిం చడం, ఎల్లప్పుడూ భయపడుతూ ఉండడం ఇలా మనలో ఒక సమన్వయం లేకుండా ఉండే స్థితిని సృష్టించుకోవడం అభివృద్ధిని నిరోధించడమే కాక మనసులో, ప్రాణికంలో, అనేక రకాల అలజడికి, శరీరంలో అసౌకర్యానికి, అనారోగ్యానికి కారణమవుతుంది.

CWM 3:91 *- శ్రీమాత*

సరైన వైఖరి

ఇది నిజమా... ఎల్లప్పుడూ జరిగేది ఏదైనా ఉత్తమమైనదేనా? జరిగిందంతా మరోవిధంగా గాక అలాగే జరిగి తీరవలసి ఉన్నదే అనేది సుస్పష్టం. సార్వత్రిక నిర్ణయాత్మకత ద్వారా ఇది జరగవలసి ఉంది. కానీ మనము, అది జరిగిన తర్వాత మాత్రమే చెప్పగలము. ముందు కాదు. సమస్యల విషయానికొస్తే జరిగేది ఏదైనా ఉత్తమమైనదే, ప్రత్యేకమైన సమస్యే. ఆ ప్రత్యేకత ఒక జాతికి సంబంధించినదైనా కావచ్చు. లేదా ఒక వ్యక్తికి సంబంధించినదైనా కావచ్చు. అన్నీ వ్యక్తిగత వైఖరిపై ఆధారపడి ఉంటాయి. అయితే జరుగబోయే పరిస్థితులను దృష్టిలో పెట్టుకుని నీవు సాధ్యమయ్యే అత్యున్నత వైఖరిని ఎంచుకోవచ్చు. అంటే, నీవు నీ చేతనను అందుబాటులో ఉన్న అత్యున్నత చేతనతో కలిపినట్లయితే, ఆ సందర్భంలో నీకు జరిగింది ఉత్తమమైనదని నీవు ఖచ్చితంగా గ్రహించవచ్చు. కానీ నీవు ఈ అత్యున్నత చేతన నుండి అధో చేతనకు పడిపోయిన వెంటనే, అప్పుడు నీవు నీ ఉత్తమ చేతనతో కలిపినట్లయితే, ఆ సందర్భంలో నీకు జరిగింది ఉత్తమమైనదని నీవు ఖచ్చితంగా గ్రహించవచ్చు. కానీ నీవు ఈ అత్యున్నత చేతన నుండి అధోచేతనకు పడిపోయిన వెంటనే, అప్పుడు నీవు నీ ఉత్తమ చేతనలో లేవు అనే సాధారణ కారణం వలన, అది స్పష్టంగా ఉత్తమమైనది కాదు అని నీకు అనిపిస్తుంది. ప్రతి ఒక్కరి తక్షణ ప్రభావ పరిధిలో సరైన వైఖరి ఎలాంటి పరిస్థితుల్లోనైనా లాభపడే శక్తి మాత్రమే కాదు, ప్రతికూల పరిస్థితిని సైతం మార్చగల శక్తిగలదని నేను ధృవీకరించి చెప్పగలను. ఉదాహరణకు ఒక వ్యక్తి నిన్నుచంపడానికి వచ్చినప్పుడు నీవు సాధారణ చేతనలో వుండి భయపడినట్లయితే, అతను వచ్చిన పనిని చేయడంలో విజయం సాధిస్తాడు. కానీ నీవు బాగా భయంతోనైనా సరే భగవంతుని సహాయం కోసం ప్రార్థన చేసినట్లయితే అతను నిన్ను చంపకుండా చిన్నగాయం చేసి వదిలి వేయవచ్చు. నీకు సరైన వైఖరి ఉండి నీ చుట్టూ ఉన్న పరిసరాలలోని దైవిక ఉనికి గురించి పూర్తిగా స్పృహ ఉంటే, అతను నీకు వ్యతిరేకంగా వేలు కూడా ఎత్తిచూపలేడు. సరైన వైఖరి శక్తిని గురించి నా దగ్గర అసంఖ్యాక ఉదాహరణలు ఉన్నాయి. ఒకే ఒక్క వ్యక్తి సరైనవైఖరితో విపత్తుల నుండి ప్రజలను రక్షించడాన్ని నేను చూశాను. కానీ సరైన వైఖరి ఉన్నతంగా మాత్రమే ఉండి, బాహ్య శరీరాన్ని దాని సాధారణ ప్రతిచర్యలను వదిలి వేయకూడదు. "దేవుని చిత్తం నెరవేరనివ్వండి" అని నీవు ఉన్నతంగా ఆలోచిస్తే కూడా నీవు చంపబడవచ్చు.

ఎందుకు అంటే, నీ బాహ్య శరీరం దివ్యత్వం లేకుండా ఉండి, భయంతో వణుకుతూ ఉండడం వల్ల అలా జరుగుతుంది. అసలు విషయం ఏమిటంటే బాహ్య శరీరం నిజమైన చేతనతో, కొంచెం భయం కూడా లేకుండా, దైవిక శాంతితో నిండి ఉంటే అప్పుడు నిజంగా ప్రమాదమే లేదు.

ఊహ శక్తి

ఊహ నిజంగా మానసిక నిర్మాణ శక్తి. ఈ శక్తిని దైవిక సేవలో ఉంచినప్పుడు అది నిర్మాణాత్మకమైనది మాత్రమే కాదు సృజనాత్మకమైనది కూడా. అయితే అవాస్తవ నిర్మాణం అనేదే లేదు. ఎందుకంటే ప్రతి ఊహ కూడా మానసిక తలాలలోని వాస్తవికతే. ఉదాహరణకు నవల కథాంశం అంతా భౌతికం నుండి స్వతంత్రంగా ఉన్న మానసిక తలాలలో ఉంటుంది. మనమందరము కూడా ఎంతోకొంత మేరకు నవలా రచయితలమే. మానసిక తలాలలో రూపాలను తయారుచేయగల సామర్థ్యం ఉన్నవారమే. వాస్తవానికి మన మెరుగైన జీవితం మన ఊహల ఉత్పత్తియే. ప్రతిసారీ నీవు అనారోగ్యకమైన రీతిలో నీ ఊహలో మునిగిపోయి, నీ భయాలకు, ప్రమాదాలకు, దురదృష్టాలకు ఒక రూపాన్ని ఇస్తున్నావ్ అంటే నీవు నీ భవిష్యత్తును అణగదొక్కుతున్నావన్నమాటే. మరోవైపు నీవు ఆశావాదం వైపు మరింతగా మళ్లితే, లక్ష్యాన్ని సాకారం చేసుకోవడానికి నీకు ఎక్కువ అవకాశం ఉంటుంది. మానసిక నిర్మాణ శక్తి యోగంలో కూడా చాలా చక్కగా ఉపయోగపడుతుంది. నీ మనస్సును దైవ సంకల్పంతో ఏకీకృతం చేసినపుడు, అతి మానస సత్య అవరోహణ ప్రారంభమవుతుంది. ఇది మనస్సు, ఉన్నత స్థాయి కాంతుల మధ్య ఉండే పొరల ద్వారా జరుగుతుంది. ఒకవేళ, అది మనస్సును చేరినపుడు, అక్కడ రూపాలను తయారు చేసే శక్తిని కనుగొన్నట్లు అయితే, అది చాలా సులువుగా సాకార రూపం తీసుకొని, నీలో సృజనాత్మకత శక్తిగా నిలిచి ఉంటుంది. అందుకని నేను నీకు చెప్పేదేమిటంటే, ఎన్నటికీ విచారానికి లోనుగావద్దు, నిరాశ పడకూడదు. నీ ఊహను ఎల్లప్పుడూ ఆశాజనకంగా ఉండనివ్వు. ఉన్నత సత్యం తెచ్చే ఒత్తిడికి ప్రతిగా ఆనందంతో కూడిన నమ్యతను కలిగి ఉండు. అందువలన దీని తర్వాత అవసరమైన నిర్మాణాలతో ఉన్న నిన్ను కనుగొని, అది సృజనాత్మకత కాంతితో నిన్ను నింపవచ్చు. అత్యున్నత దివ్య సత్యపు

సృజనాత్మక వెలుగును పట్టి ఉంచుకొనడానికావశ్యకమైన రూప నిర్మాణంతో నీవు నిండి వున్నావని కనుగొంటుంది.

ఊహ ఒక చాకులాంటింది. దానిని మంచి కోసము, చెడు కోసమూ కూడా ఉపయోగించవచ్చు. నీవు ఎప్పుడూ రూపాంతరం చెందబోతున్నాను అనే ఆలోచనలను, అనుభూతులను కలగి ఉంటే, యోగ ప్రక్రియకు సహాయం చేస్తున్నావన్నమాటే. ఒకవేళ, దీనికి విరుద్ధంగా నీవు నిరుత్సాహంతో ఉంటూ ఆత్మసాక్షాత్కారానికి నేను తగిన వ్యక్తిని కాదు అని అనుకుంటూ ఉంటే నిన్ను నీవు విషపూరితం చేసుకున్నట్లే. ఈ చాలా ముఖ్యమైన నిజాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకొని నేను అవిశ్రాంతంగా పట్టుదలతో నీకు చెప్పేది ఏమిటంటే ఏది ఎలా అన్నా జరగనివ్వు, కానీ నీవు మాత్రం నిరాశ చెందవద్దు. నీవు చేస్తున్న పనిలో తప్పక విజయాన్ని సాధించగలవు అనే స్థిరమైన ఆకాంక్ష, నమ్మకంతో జీవించు. శ్రీ అరవిందులపై నీకున్న విశ్వాసం ద్వారా ఊహాశక్తిని రూపొందించుకోగలవు. అటువంటి ఆకాంక్షతో కూడిన నమ్మకమే కదా, శ్రీ అరవిందుల పనిని చేయగలిగేది. ఆ పని కేవలం రూపాంతరీకరణ మాత్రమే కాదు, అత్యుత్తమ విజయానికి చివరి మెట్టు కూడా. దానిని శ్రీ అరవిందులు అతిమానస ప్రపంచం అన్నారు. మనం ఉన్నది అటువంటి ప్రపంచాన్ని ఇప్పుడే భూమి మీదకి తీసుకురావడానికి కాదా?

కష్టాలు - దైవకృప

మీరు ఎదుర్కొనే కష్టం మీరు పొందే విజయాన్ని సూచిస్తుంది. ఆ విజయం మీ యోగంలో ఒక ఉదాహరణగా తయారవుతుంది. ఈ కష్టాన్నే దాని వ్యతిరేకత అయిన, కేవల విస్తారత విజయంగా మార్చగల శక్తి కూడా నీకున్నదని అర్థం. అటువంటి స్వార్థం ఉన్నప్పుడు, ఎంతోకష్టమైనది కూడా ఆ కష్టానికి వ్యతిరేకంగా పనిచేసి, పూర్తిగా విజయంగా మార్చే శక్తి కూడా మీకు ఉంటుంది. ఏదైనా సాక్షాత్కరింపజేసుకొనడానికి ఉన్నప్పుడు, మీలో కేవలం దానికి విరుద్ధమైన లక్షణం కూడా ఉంటుంది. లోపాన్ని, కష్టాన్ని ముఖాముఖిగా ఇలా అంటు 'అయ్యో! నేను అలా ఉన్నాను! ఎంత భయంకరంగా ఉంది అది" అయితే ఈ పరిస్థితి ఎంతవరకు నిజమో చూడాలి. మీకు మీరే ఇలా చెప్పుకోండి. "నా కష్టం నేనుచివరికి దేనికి ప్రాతినిధ్యం వహించాలనుకుంటున్నానో నాకు స్పష్టంగా చూపిస్తోంది. దానిని

సంపూర్ణంగా నిరాకరించాలంటే మరో చివరలో వున్న నాణ్యతను చేరుకోవాలి. ఇది నా మహాకార్యం". సాధారణ జీవితంలో కూడా కొన్నిసార్లు మనకు విరుద్ధమైన అనుభవం ఉంటుంది. ఒక పిరికివాడు, పరిస్థితుల ముందు ధైర్యం లేనివాడు కూడా చాలా భరించగలడని నిరూపించగలడు. భగవంతుని కాంక్ష కలిగిన వ్యక్తికి, అతని ముందు ఎప్పుడూ ఉండే కష్టమే తన వ్యక్తిగత పద్ధతిలో భగవంతుడిని పొందే ద్వారంగా మారుతుంది. అది దైవ సాక్షాత్కారానికి అతని ప్రత్యేక మార్గం. ఎవరికైనా వంద కష్టాలు ఎదురైతే, అతనికి అపారమైన సాక్షాత్కారం ఉంటుందని అర్థం. వాస్తవానికి, అతనిలో ఓర్పు, సహనం ఉన్నాయి. లోపాలను దహిస్తూ ఆకాంక్షాగ్ని జ్వాలని అతను రగిలిస్తాడు. గుర్తుంచుకోండి. దైవకృప సాధారణంగా మీ కష్టాల నిష్పత్తిని బట్టి ఉంటుంది.

CWM 3:143 -శ్రీమాత

ప్రతి ఉదయం మీరు లేచినప్పుడు, మీ రోజును ప్రారంభించే ముందు ప్రేమాభిమానాలతో, కృతజ్ఞతతో ఈ గొప్ప కుటుంబాన్ని అభినందించండి. ఎల్లప్పుడూ ఒకేలా ఉండే ఈ మానవ జాతి రక్షకులుగా, మార్గదర్శకులుగా, బోధకులుగా తమ సోదరులకు అద్భుత వినమ్రత గల సేవకులుగా పరిపూర్ణత అనే నిట్టనిలువు మార్గంలో అధిరోహించడానికి సహాయం చేయడానికి వచ్చారు, కాలం అంతమయ్యే దాకా వస్తూనే ఉంటారు. ఈ ఏకాగ్రతతో ఎన్నో ప్రయోజనకరమైన ప్రభావాలను త్వరలోనే అనుభవిస్తారు. మీ పిలుపుకు వారి సన్నిధి ప్రతిస్పందిస్తున్నట్లు మీరు అనుభూతి చెందుతారు. వారి కాంతి ప్రేమలతో నిండిపోతారు. అప్పుడు కొంచెం బాగా అర్థం చేసుకోవడానికి, మరికొంత ప్రేమించడానికి, ఎక్కువ సేవ చేయడానికి రోజువారీ ప్రయత్నం మరింత ఫలవంతంగా అదే సమయంలో సులభంగా ఉంటుంది. మీరు ఇతరులకు చేసే సహాయం మరింత ప్రభావవంతంగా మారుతుంది. మీ హృదయం అచంచలమైన ఆనందంతో నిండిపోతుంది.

CWM 2:115-16 - శ్రీమాత

కేవలం నీ ఆకాంక్ష మాత్రమే చాలు; శ్రీమాతను అనుసరించడానికి

సిద్ధంగా వుంటావు. ఆమె ఇచ్ఛకు, విరుద్ధమైన దానినంతా తిరస్కరించు, ఆమెను నీలో పనిచేయనివ్వు. అదేవిధంగా నీవు నీ కార్యక్రమాలనన్నీ శ్రీమాత కార్యక్రమాలుగా భావిస్తావు. ఆమె శక్తియే నీకు అటువంటి శక్తిని ఇచ్చిందని విశ్వసిస్తావు. ఈ విదంగా మనసును సిద్ధం చేస్తే క్రమంగా నీకు అవగాహన పెరిగి, విజ్ఞానం వికసిస్తుంది. అందువలన శ్రీమాత అనుగ్రహాన్ని పొందటానికి మానసికాన్ని తెరచి ఉంచు. అది సరియైన అధీనంలో ఉండడం వలననూ, నీవు ఆమె అనుగ్రహాన్ని పొందగలవు.

మానసికంగా వికసించి గ్రహించటానికి సంసిద్ధంగా ఉండడం వలన సాధనకు కావలసినదంతా సమకూరుతుంది. అదే అసలు విషయం. సాధనకు మూలమైన రహస్యం.

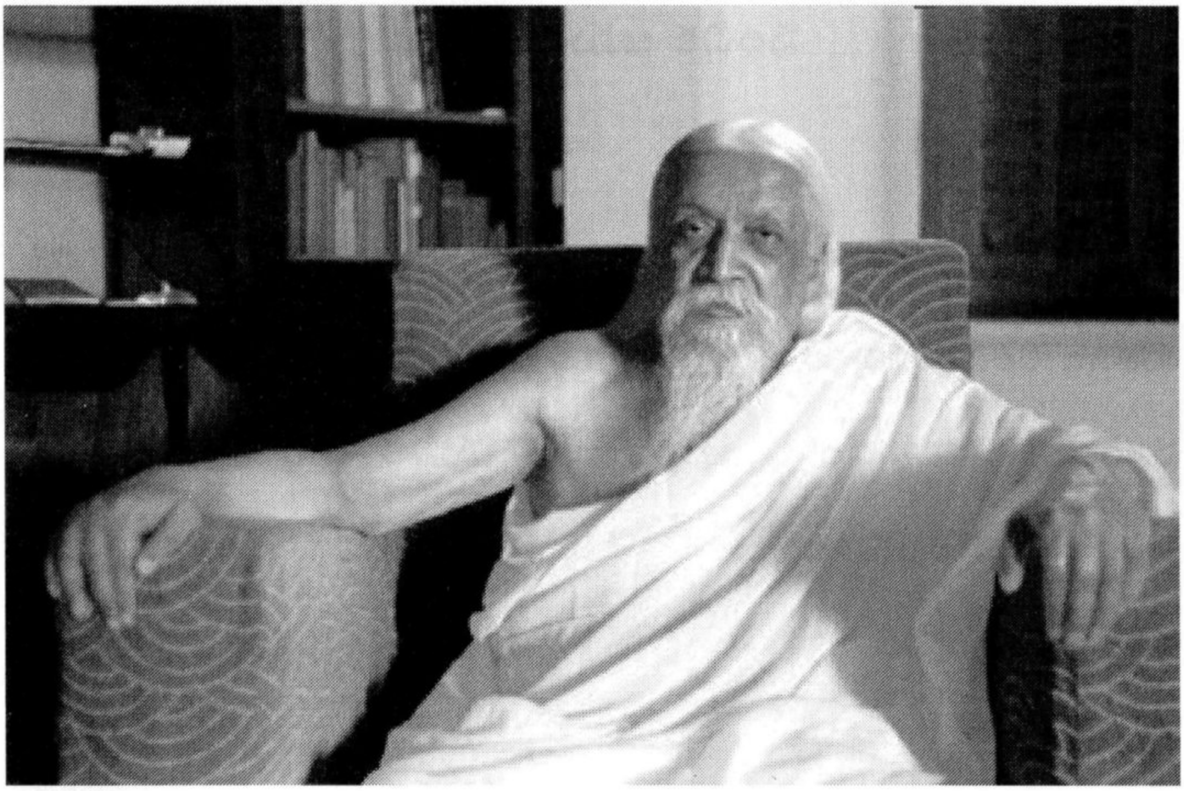
వికసించనిదేదీ నీలో లేదు. కాని ఉన్న వికాసాన్ని ఎల్లప్పుడూ విస్తృతం చేసుకుంటూ ఉండాలి. నీ గ్రహణ శక్తి పరిపూర్ణం కావాలి. నిజానికి ఈ పరిపూర్ణత కూడా శ్రీమాత అనుగ్రహం మీదనే ఆధారపడి ఉంటుంది. కాని ఇప్పటిలాగనే ఎల్లవేళలా విశ్వాసంతో అప్రమత్తుడనై అంకితభావంతో ఉండాలి.

శ్రీ అరవిందులు నీ లేఖకు జవాబు వ్రాస్తూ, నీవు శ్రీమాతనే ధ్యానించాలనీ, ఆమెకు నీ జీవితాన్నంతా సమర్పించాలనీ సూచించారు. ఆమె నామాన్ని నీవు జపం చేయవచ్చు. నీ ఉనికిని మార్చి, నీ తత్వాన్ని పరిశుద్ధం చేయమని ఆమెను ప్రార్థించాలి.

శ్రీమాత ప్రశాంతతత.... ఆమె శాంతి స్థిరతల క్రిందికి పిలువడంపై కేంద్రీకరించి, క్రమంగా ఆమె వెలుగును, శక్తినీ, ఆనందాన్నీ పొందాలి. అవి మెదడుకు, ఊర్ధ్వంలో ఎల్లప్పుడూ ఉంటాయి. మానవ మేధస్సుకు అవి అతీతం. కేంద్రీకృత ఆకాంక్ష వలన అవి అతని యెరుకలోకొస్తాయి. ఆధార భూమికను జాగృతం చేసి, మనః ప్రాణదేహాలలో ఊర్ధ్వ మానస ప్రభావాన్ని ప్రవేశింపజేసే మార్గం సుగమం చేస్తుంది.

శ్రీమాతవైపుగా చేతనను తెరచియుంచడానికి నీ అంతరంగంలోనూ, బాహ్యంలోనూ సంసిద్ధుడవుగా ఉండాలి. యధార్థంగా అన్ని విషయాలు ఆమెకు నివేదించాలి. నీ భావాలు ఉన్నవి ఉన్నట్లుగా వివరించటానికి సంకోచించవద్దు. అప్పుడే నీవు సంసిద్ధతపై యున్నావని అనుకోవచ్చు. ఈ స్థితి నీకు సహాయకారిగా ఉంటుంది.

CWSA 32:26 — శ్రీ అరవిందులు



నీ చిత్తాన్ని శ్రీమాత వైపుగా తెరచి యుంచటమే సంపూర్ణ సాధన

ఈ అనుభవం కలగటానికి చాలాకాలం పట్టవచ్చు. నిరుత్సాహ పడకుండా మనో వికాసాన్ని కొనసాగించటమే కర్తవ్యం.

శ్రీమాతపై పూర్తి విశ్వాసంతో పూర్తి వికాసాన్ని పొందటమే అత్యుత్తమ మార్గం.

ప్రశ్న : ఓ మాతా, ఎంతకాలము నీవు నా నుండి దూరంగా ఉంటావు? నేను నీ బిడ్డను కానా?

సమాధానం : శ్రీమాత నీలోనే ఉన్నారు. నీ నుండి ఎప్పుడూ దూరంగా లేరు. నీ మానసం వికసించి తెరుచుకొని యుంటే ఆమెను నీలోనే దర్శించగలవు.

కోరిక : మధుమయీ, నన్ను నీలో చేర్చుకో!

సమాధానం : శ్రీమాతవైన శాంతికి, ఆనందానికి వికసిత మానసంతో విప్పారిన పుష్పంలా తెరుచుకొని సిద్ధమై ఉండు. నీవు నీ అంతరంగంలో జీవిస్తావు.

అంతరాత్మిక కేంద్రాన్ని తెరవటం సులభమే. కానీ అహం కేంద్రాన్ని సంకుచితం చేయాలి. శ్రీమాత పట్ల భక్తిని దృఢతరం చేయాలి. ఆధ్యాత్మికం వలన కలిగిన నమ్రత, అణుకువలతో ఆమెపై ఆధారపడాలి. అది అవసరం.

CWSA 3:154,63 — *- శ్రీ అరవిందులు*

Vol. 52, No. 10
November 2022

Date of Publication
1st November 2022

Registered: PY/41/2021-23

AKHILA - Akhila Bharata Patrika (Telugu)

Registered with the Registrar of Newspapers for India: No. 23593/72 (monthly)

Matter shall reveal the Spirit's face. — Sri Aurobindo



Owner: Sri Aurobindo Society
Printer: Swadhin Chatterjee for Sri Aurobindo Ashram press
Publisher: Pradeep Narang for Sri Aurobindo Society
Published from: Society House, 11 Saint Martin Street, Puducherry - 605001
Printed from: Sri Aurobindo Ashram Press,
No. 38, Goubert Avenue, Puducherry - 605 001, India
Editor: K. V. Rao

Single copy Rs. 30 **Annual Subscription Rs. 200 (in India)**

A Monthly Published by
SRI AUROBINDO SOCIETY-605001